

Paramètres pelviens et Rééducation

Dominique Bonneau MD-PhD



**FACULTÉ DE
MÉDECINE**
MONTPELLIER-NÎMES
DEPUIS 1220



////////// INSTITUT de
BIOMÉCANIQUE HUMAINE
GEORGES **CHARPAK**

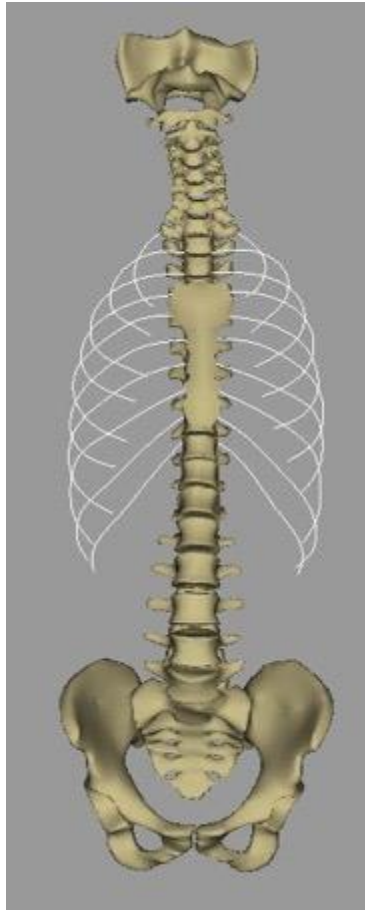


Arts Institute of
Technology
et Métiers



INSTITUT SUPÉRIEUR DE THÉRAPEUTIQUE MANUELLE

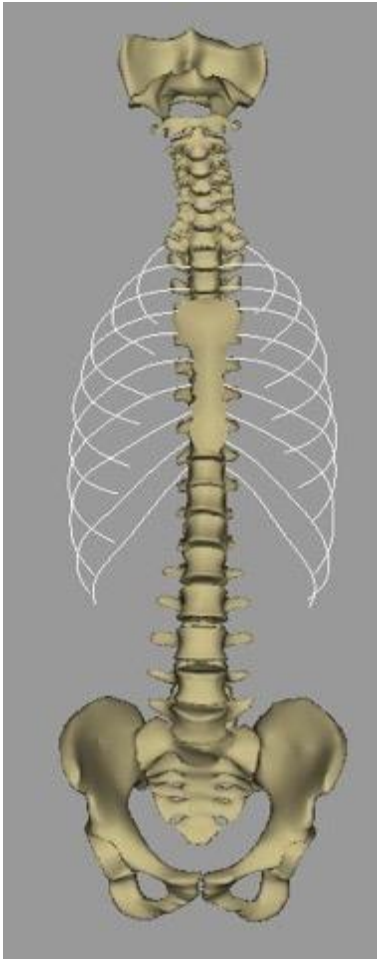
Anatomie Compréhensive



La colonne vertébrale
est une poutre semi
rigide
multisegmentée



Anatomie Compréhensive

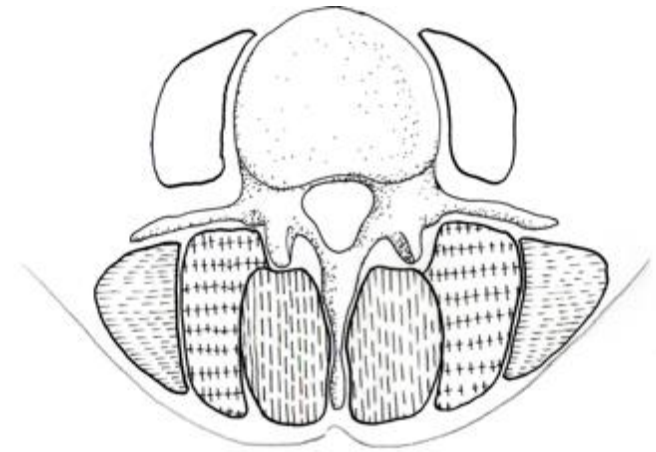
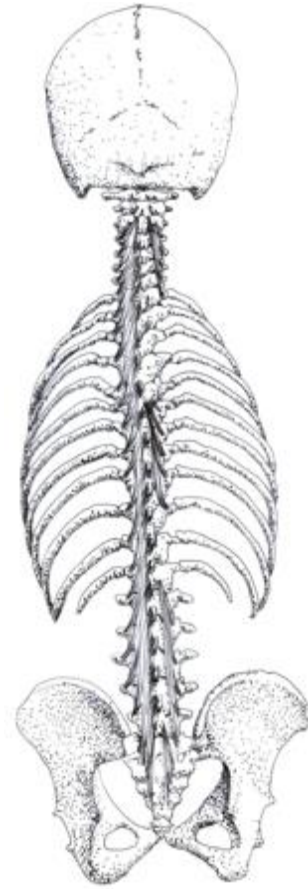
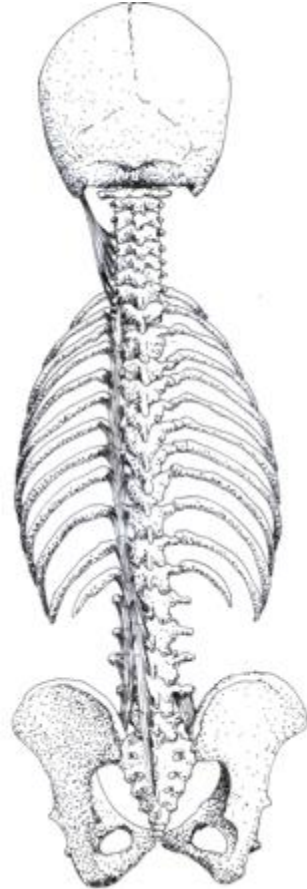


Une composante inerte
Un empilement de vertèbres
reliées par des disques et des ligaments
Avec à son sommet la tête qui doit
demeurer horizontale
Et à sa base l'anneau pelvien



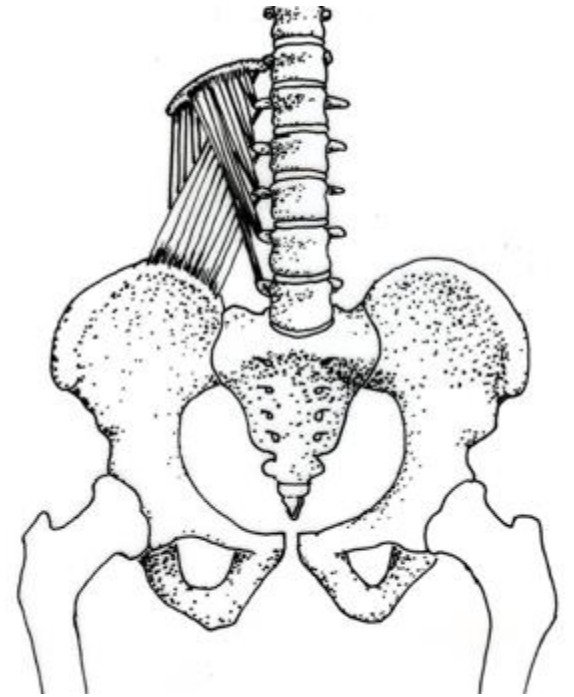
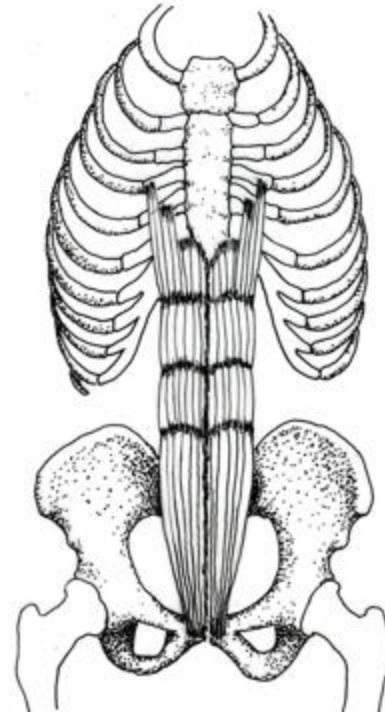
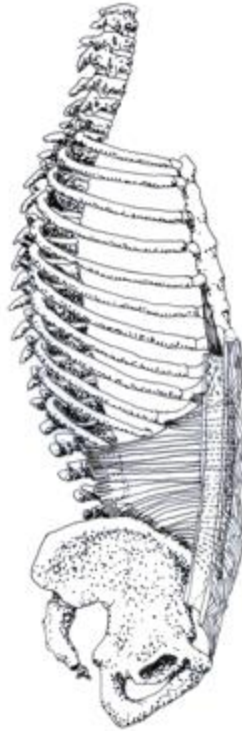
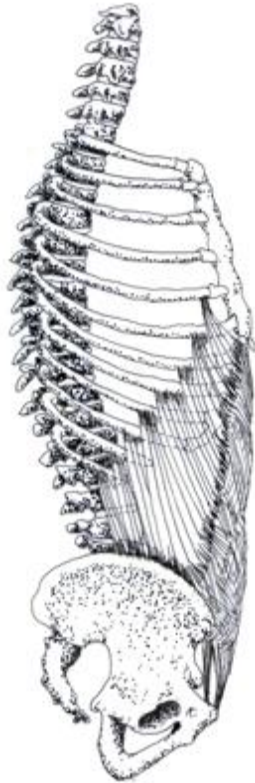
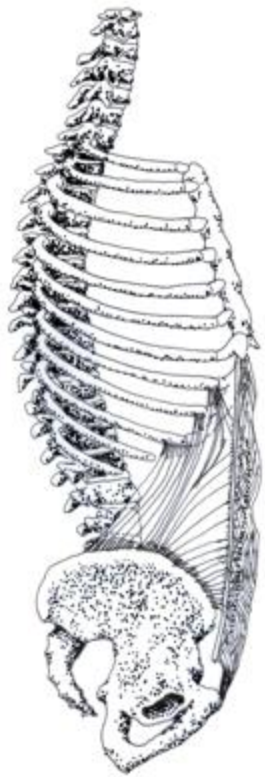
Un impératif: les muscles

Le plan dorsal



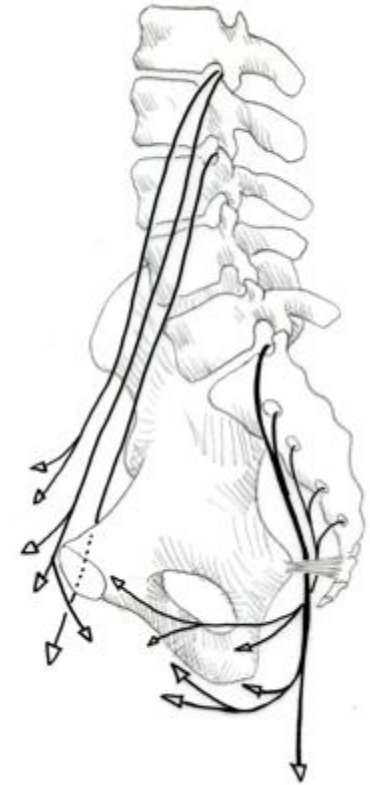
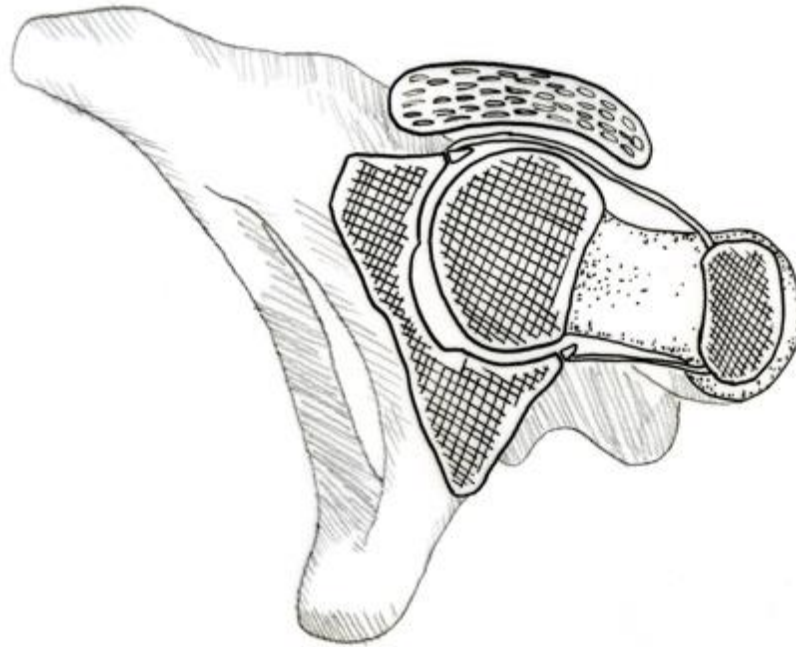
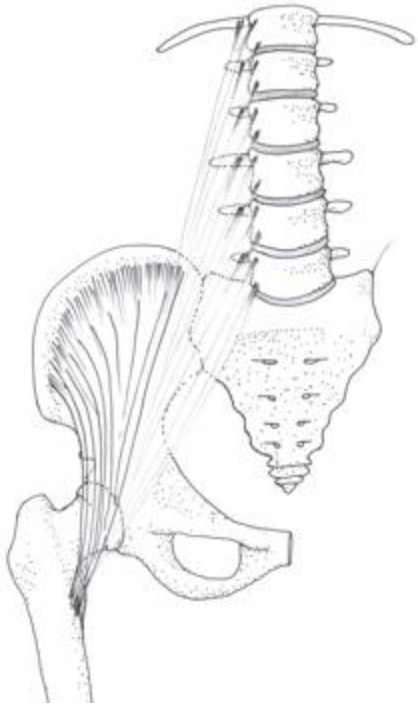
Un impératif: les muscles

Le plan antéro-latéral



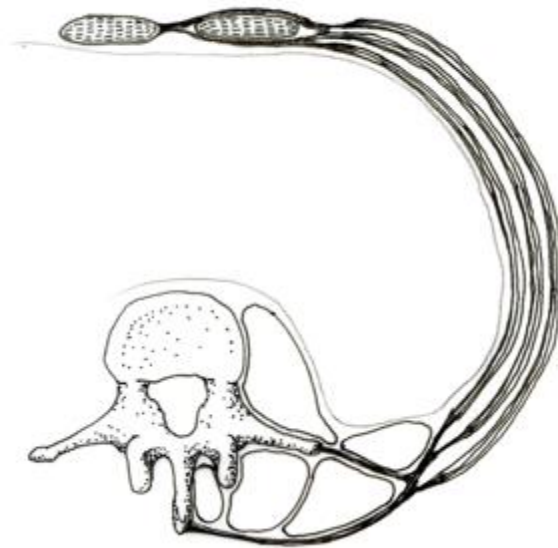
Un impératif: les muscles

Le plan ventral



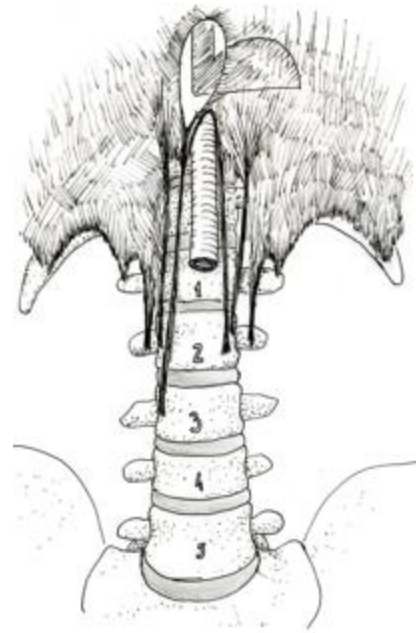
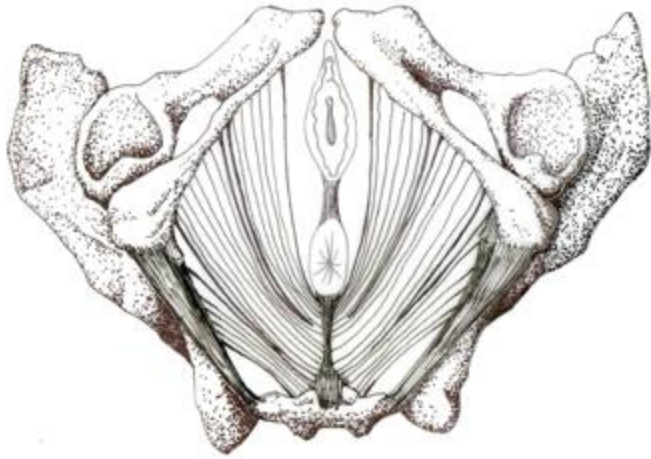
Un impératif: les fascias

Le système raidisseur hydraulique



Un impératif: les diaphragmes

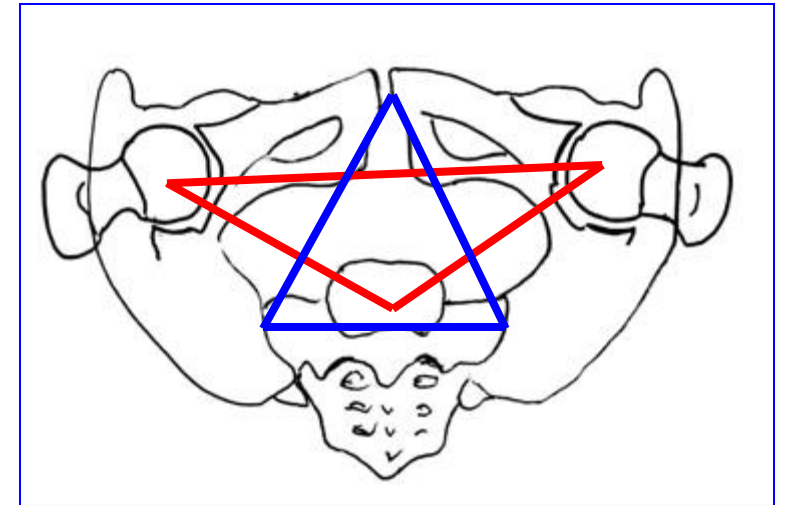
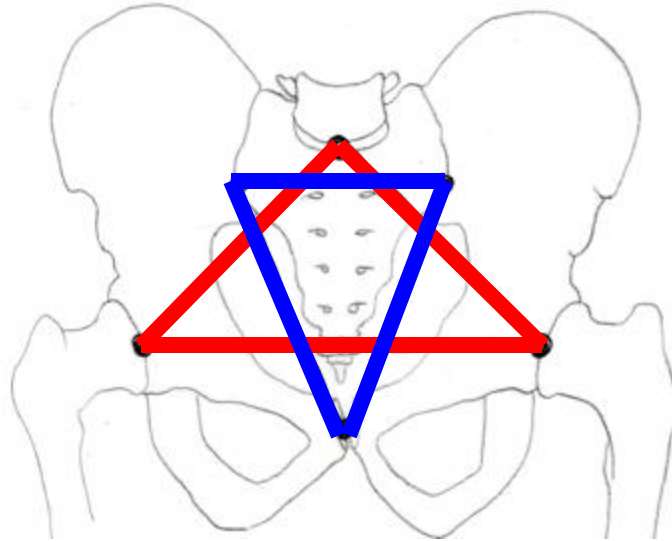
La variable d'ajustement



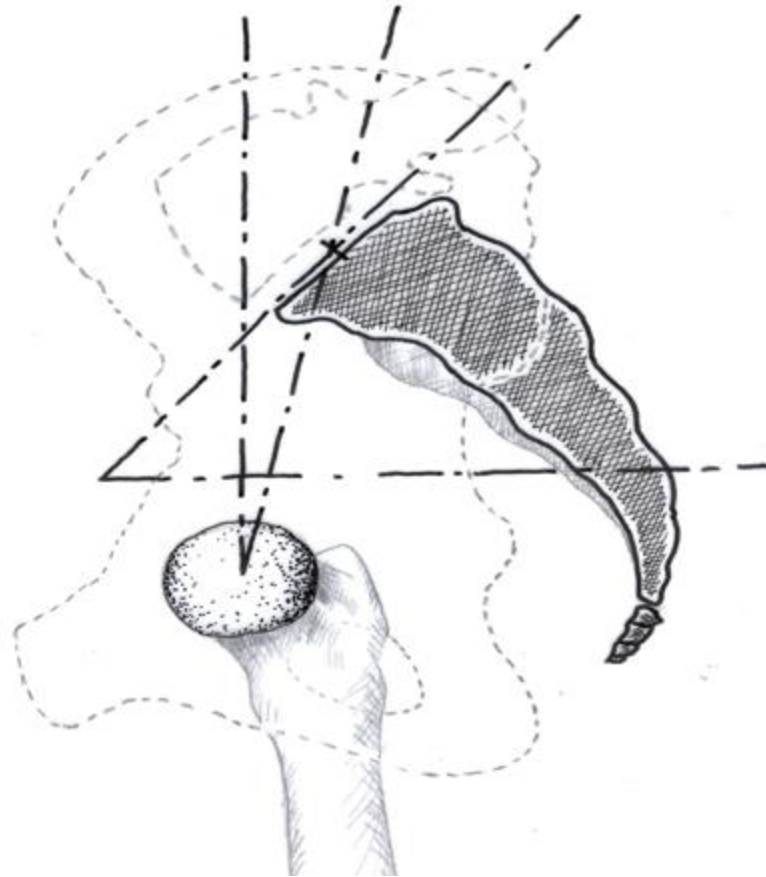
L'anneau pelvien

Chapiteau des membres
inférieurs
Socle du rachis

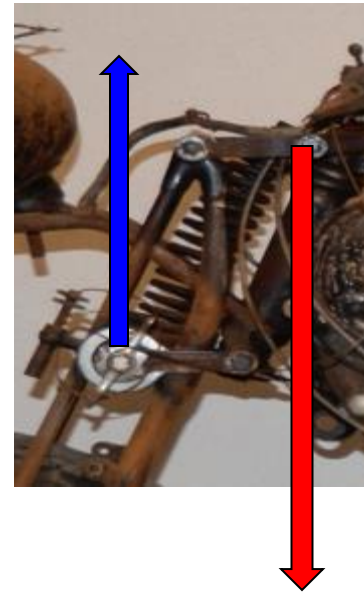
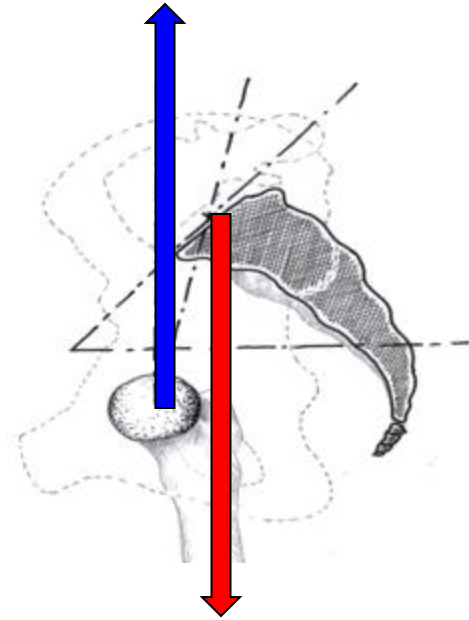
Triangle de force
Triangle
d'amortissement



Et le profil?

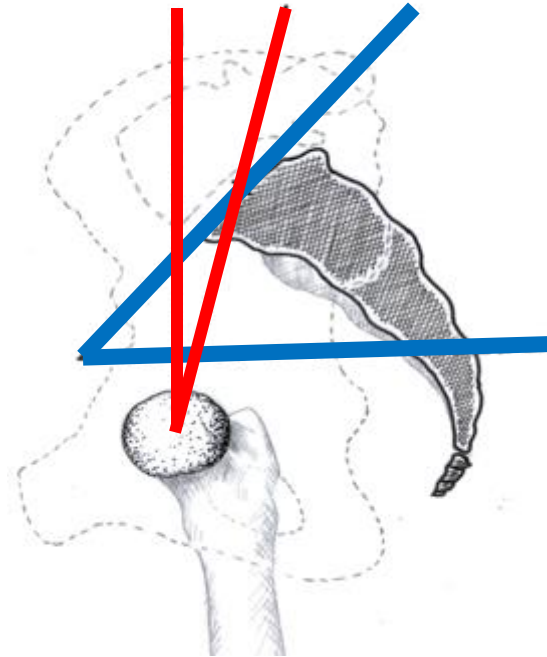


Une suspension à parallélogramme



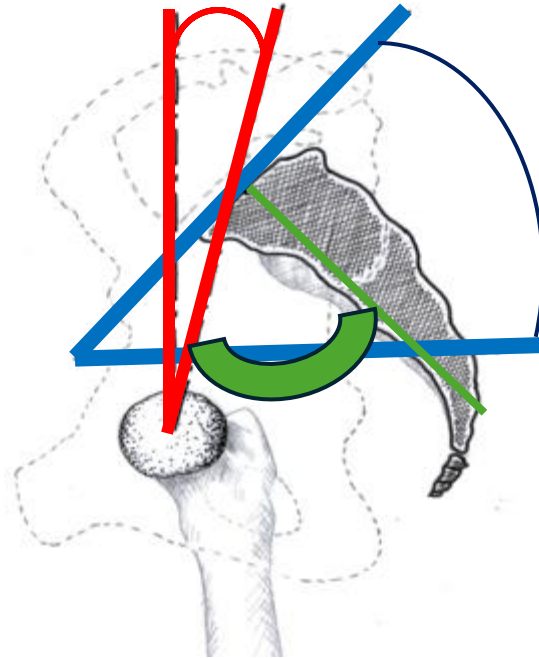
Et le profil?

Pente sacrée et **version pelvienne**



Et le profil?

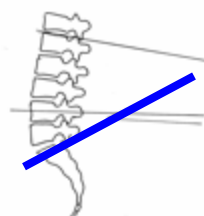
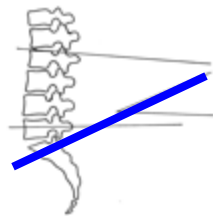
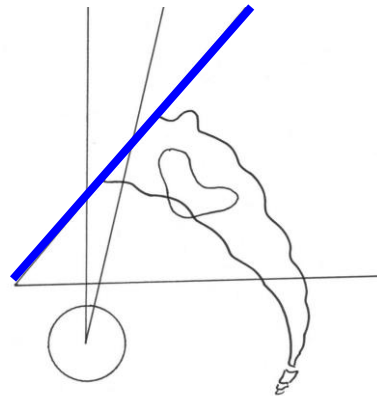
L'incidence pelvienne somme de la Pente sacrée et version pelvienne



Le lien sacrorachidien: la pente sacrée

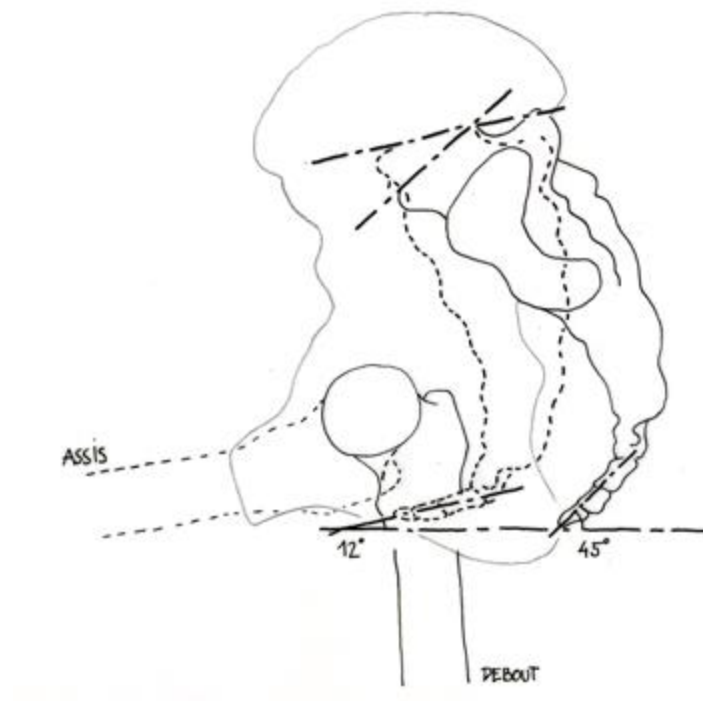
La lordose lombaire est reliée à la pente sacrée

Pente sacrée



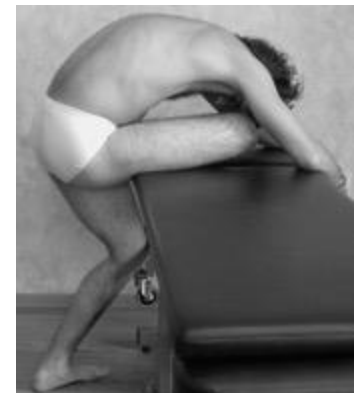
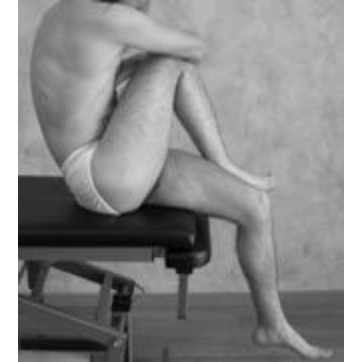
Roussouly

La flexibilité lombo-pelvienne



Un préalable incontournable

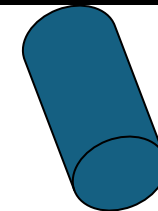
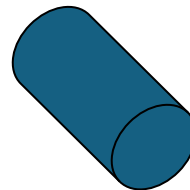
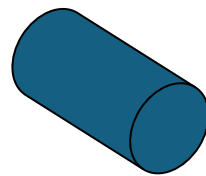
L'étirement du plan musculaire sous pelvien



Le vieillissement modifie la statique pelvienne

Diminution de la lordose par diminution de la pente sacrée

Répercussions sphinctériennes... entre autres



Pente sacrée élevée



PS Normale



PS élevée

Majoration des contraintes sur les zygapophysies

Pente sacrée élevée



PS Normale



PS Elevée

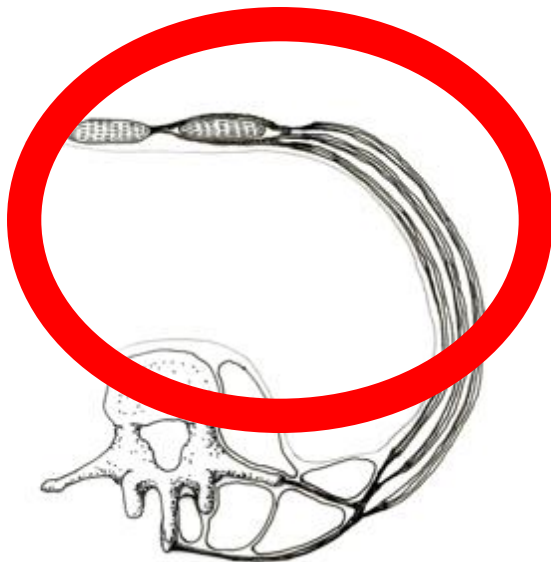
Application des principes de Williams basés sur la correction de la lordose



Réadaptation selon Williams

Le principe de cette réadaptation repose sur la réduction de la lordose lombaire

La principale indication est le retrécissement canalaire lombaire par son action sur l'élargissement du canal et des foramens



Pente sacrée diminuée



PS Normale

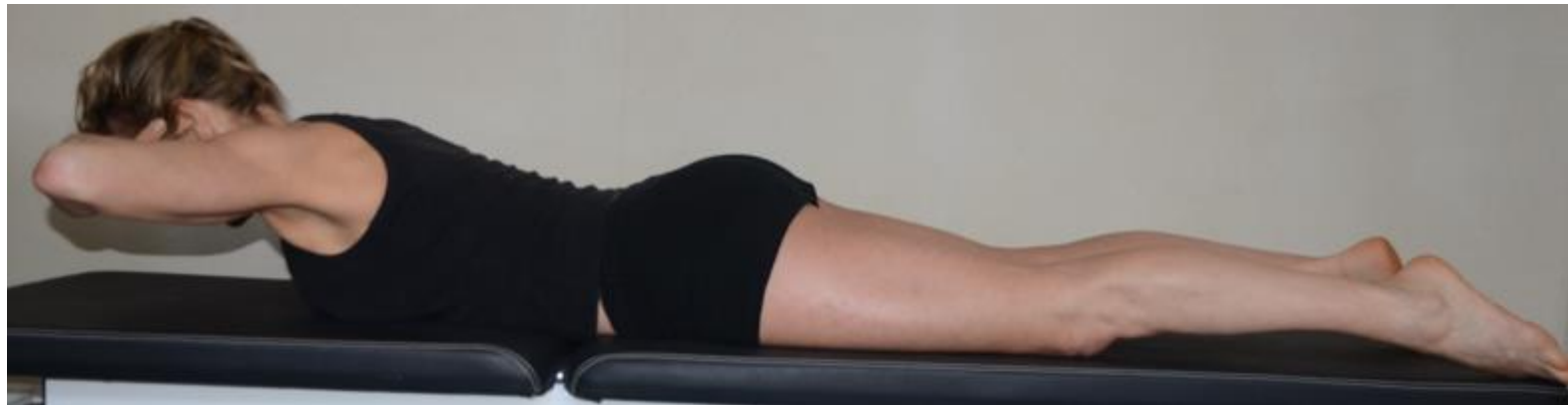


PS diminuée

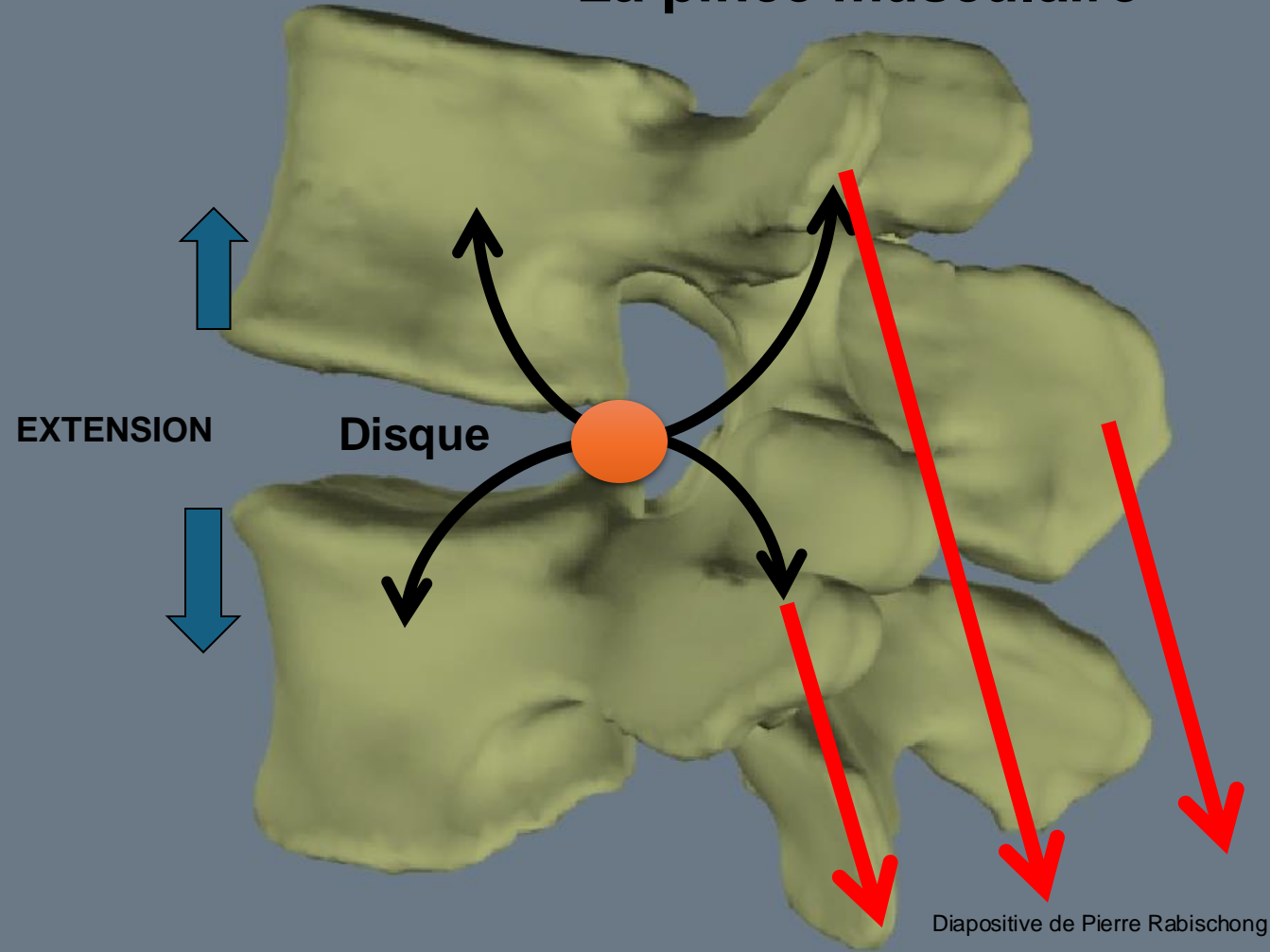
Majoration des contraintes
sur le disque

Rééducation selon Cyriax, un précurseur

Le principe repose sur la volonté de bloquer la progression postérieure du disque en augmentant la lordose lombaire



La pince musculaire



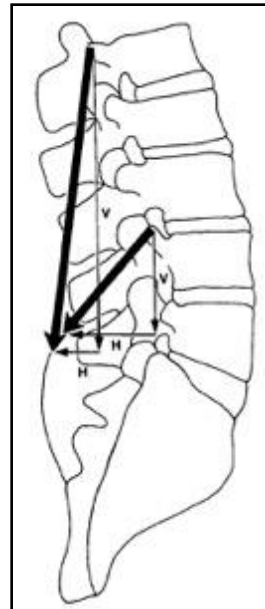
Pente sacrée diminuée



PS Normale



PS réduite



Application des principes de Mac Kenzie
Correction de la lordose perdue

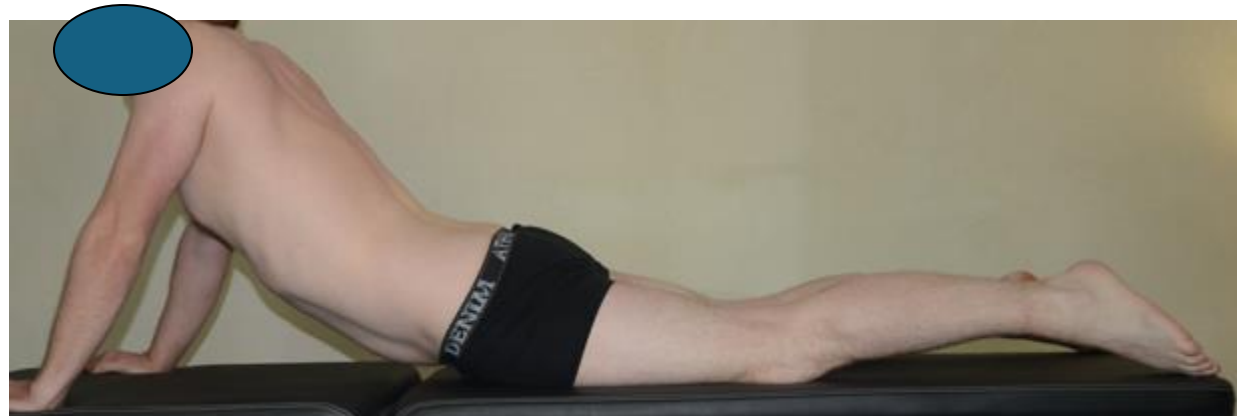


Réadaptation selon Mac Kenzie

Une révolution intelligente qui acquitte et valorise la lordose lombaire

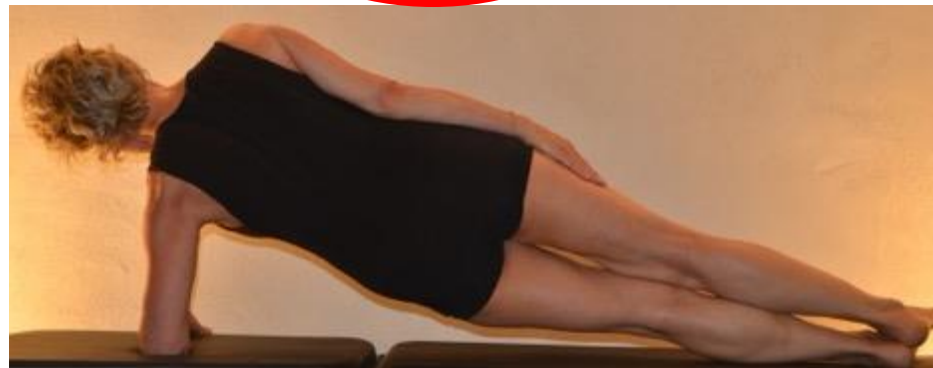
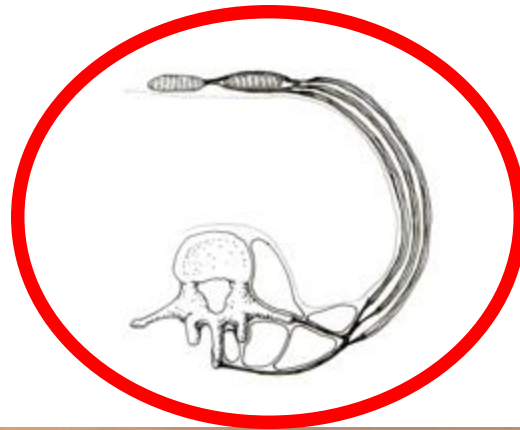
Elle remet en place l'importance du tripode vertébral

Elle repose sur une analyse fine des facteurs aggravants et favorisants



Réadaptation reposant sur le gainage

Haute qualité, exercice global, parfait en préventif pour les patients potentiels



Rééducation selon ...

Feldenkrais

Pilates...

Aucune technique n'est meilleure qu'une autre

Seul le maintien du mouvement et la tonification musculaire sont les gages de la réussite

Mais la meilleure formule est la personnalisation

Les points importants :

Maintenir l'amplitude articulaire optimale dans les articulations des membres inférieurs

Entretenir la capacité d'extension rachidienne active et passive

Savoir respirer avec le diaphragme en incluant la prise de conscience du plancher pelvien

Apprendre et répéter quotidiennement les mouvements et positions qui soulagent

Favoriser l'attention et la participation active du patient

Mais la meilleure formule est la personnalisation

Les points importants :

Il n'y a pas de technique miracle

Enseigner et pratiquer ce que l'on maîtrise

Impliquer le patient en lui rappelant que son affection est son problème et que nous pouvons l'aider

C'est la pratique quotidienne qui apporte le meilleur résultat à long terme

« C'est le peu quotidien qui fait le meilleur de demain »

La préservation du mouvement n'est pas
seulement un principe thérapeutique mais une
façon de vivre et un mode de pensée en
médecine musculo-squelettique

Avec mes sincères remerciements pour votre
invitation
et
la qualité de votre attention