

PROGRAMME 2026

CONTEXTE

La main est une région du corps qui est souvent rapportée comme « survolée » par les étudiants en kinésithérapie. L'anatomie et la biomécanique sont vite oubliées et la rééducation est peu abordée. Le tout crée des lacunes. La prise en charge de la main devient ainsi une affaire de spécialistes.

Dans l'esprit de l'accès direct, les kinésithérapeutes doivent pourtant savoir réaliser un bilan diagnostique kinésithérapique de la main. Ils doivent savoir évaluer si la problématique du patient et son traitement relèvent du champ de la kinésithérapie.

Cette formation a pour but d'aider les kinésithérapeutes à bilancer et prendre en charge une main qu'elle soit douloureuse, traumatique ou pédiatrique. Elle permet également aux thérapeutes de ne plus refuser de main au sein de leurs activités et ainsi de pallier un manque de centre spécialisé.

Dans cette formation, nous verrons que la rééducation de la main est basée sur des principes spécifiques où interdit et précocité doivent coexister.

PROFIL DU FORMATEUR

Jean Lichtle est kinésithérapeute, spécialisé dans la rééducation de la main. Diplômé d'État en 2019 (IFMK EFOM, Paris), il exerce depuis à la clinique de la main du Trocadéro, où il est aussi tuteur de stage. Sur les réseaux, on le connaît sous le nom @jean.traine.la.main, où il partage ressources et astuces cliniques.

Un cursus tourné vers le membre supérieur

Il a validé une spécificité d'exercice en rééducation de la main (Académie Thérapie de la Main, Biarritz, 2021), puis le DIU de rééducation et d'appareillage en chirurgie de la main à Grenoble (2023-2025), dont il a terminé major de promotion. Au cabinet, il prend en charge la main, le coude et l'épaule, de l'enfant à l'adulte, et conçoit des orthèses sur mesure. Il continue par ailleurs de se former, de l'entretien motivationnel aux neuropathies du membre supérieur, jusqu'à la prise en charge du grimpeur.

Enseignement et congrès

Il enseigne dans plusieurs IFMK (EFOM, ADERF, Fontainebleau, Villejuif, Nevers, Paris Saint-Michel) et forme ses pairs en formation continue, notamment chez KYMO Formation sur la rééducation et l'appareillage de la main. Membre de la SFRM-GEMMSOR, il présente régulièrement en congrès : appareillage des camptodactylies, rééducation après pollicisation, qualité métrologique des tests orthopédiques de la main ou traitement conservateur de la déformation en boutonnière.

Sarah Abdoulhousen est kinésithérapeute à Bruxelles, spécialisée dans la rééducation de la main et du membre supérieur. Elle partage sa semaine entre la Moveo Clinic, dont elle assure aussi la gestion, et le service de la main de l'hôpital d'Etterbeek-Ixelles (Iris Sud), où elle travaille depuis 2019 en lien direct avec les chirurgiens.

Un cursus main, de l'ULB à Grenoble

Titulaire d'un master en kinésithérapie orienté système locomoteur (2017) et d'une certification universitaire en kinésithérapie de la main (ULB, Hôpital Érasme, 2018), elle suit le DIU européen de rééducation et d'appareillage en chirurgie de la main de l'Université Grenoble Alpes (2023-2025), avec huit stages d'observation dans des centres de la main européens. Elle a aussi observé les gestes chirurgicaux au bloc opératoire, à Érasme et au Chirec, pour mieux comprendre ce qui précède la rééducation.

Congrès et formation continue

Régulièrement présente aux congrès de la spécialité (GEMMSOR, FESUM, SFCM), elle y a notamment présenté les suites chirurgicales de l'arthrose avancée du pouce et la prise en charge des lésions des extenseurs. Parce qu'une main ne se rééduque pas isolément, elle s'est aussi formée à l'épaule, de la coiffe des rotateurs à l'épaule du sportif. Chez KYMO Formation, elle intervient sur la rééducation de la main.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

1. Réaliser un bilan diagnostique kinésithérapique d'une main douloureuse, dysfonctionnelle ou traumatique.
2. Intégrer la notion de triage et identifier les drapeaux rouges de la main.
3. Mettre en place un projet de soin spécifique en rééducation de la main.
4. Conseiller les patients lorsqu'une orthèse est nécessaire.
5. Comprendre l'anatomie et la biomécanique de la main ainsi que certaines interventions en chirurgie.

LISTE DES PUBLICS CIBLES

Kinésithérapeutes, ergothérapeutes.

PRÉ-REQUIS

Aucun.

MODALITÉS D'ORGANISATION

Durée de la formation : 16 heures (2 jours)

Effectif maximum : 24 participants

Modalité : Présentiel

Accréditations : PQK 24 UFC ; QPP Th. manuelle 32 pts

DÉROULÉ PÉDAGOGIQUE

Heures	Contenu	Méthodes pédagogiques	Matériels / Moyens techniques	Modalités d'évaluation
Jour 1				
9h00 – 9h30	Introduction : accueil des participants, présentation de la formation et du formateur, présentation des stagiaires (bagages théoriques et pratiques autour de la main), mise en commun des attentes et objectifs spécifiques de chaque stagiaire, introduction à l'autonomisation du patient (pourquoi et comment intégrer les patients dans leur propre parcours de rééducation).	Échanges		

Heures	Contenu	Méthodes pédagogiques	Matériels / Moyens techniques	Modalités d'évaluation
9h30 – 12h00	Raisonnement clinique : spécificité du DMK en rééducation de la main post-traumatique (bilan de la douleur, SDRC, bilan CTV, sensibilité, raideur et fonction), diagnostic différentiel de la main douloureuse ou dysfonctionnelle (troubles musculo-squelettiques et syndromes canaux), déroulement d'un entretien mené avec le patient et cheminement du raisonnement clinique spécifique de la main, engager le patient dans son propre diagnostic et traitement.	Cours magistral, travaux pratiques		
12h00 – 13h00	Pause déjeuner			
13h00 – 15h00	Le poignet osseux et ligamentaire : rappel anatomique et biomécanique du poignet, prise en charge rééducative et orthétique du poignet osseux et ligamentaire, implication des patients dans leur rééducation (mobilisation précoce, gestion des amplitudes).	Cours magistral, travaux pratiques		
15h00 – 15h15	Pause			
15h15 – 17h15	Syndrome douloureux régional complexe : définition et présentation du SDRC avec les données actuelles sur la physiopathologie, spécificité de l'entretien et de la première séance, traitements recommandés (douleur, troubles sensitifs, raideur, fonction) avec stratégies d'éducation des patients, prévention du SDRC.	Cours magistral, études de cas		
Jour 2				
9h00 – 10h30	Lésions tendineuses de la main : notions fondamentales en chirurgie tendineuse, rappel anatomique et biomécanique des doigts, prise en charge rééducative et orthétique des lésions des fléchisseurs et extenseurs des doigts, réflexion commune autour des dernières données de la littérature.	Cours magistral, travaux pratiques		
10h30 – 10h45	Pause			
10h45 – 12h00	Fractures et entorses des doigts : prise en charge rééducative et orthétique des fractures des doigts longs, des entorses/luxations IPP et des entorses de la MP du pouce, bilan et raisonnement clinique autour de la raideur articulaire.	Cours magistral, travaux pratiques		
12h00 – 13h00	Pause déjeuner			

Heures	Contenu	Méthodes pédagogiques	Matériels / Moyens techniques	Modalités d'évaluation
13h00 – 15h00	Cas cliniques : travaux pratiques autour de cas cliniques rencontrés par le formateur, réflexion par groupe et démonstration d'un plan de traitement sur des patients ayant une pathologie de la main, co-construction du traitement avec le patient.	Travaux pratiques, ateliers en groupe		Évaluations pratiques
15h00 – 15h15	Pause			
15h15 – 16h15	Pathologies spécifiques à la main : maladie de Dupuytren, rhizarthrose, maladie de De Quervain (traitement chirurgical et prise en charge rééducative et orthétique), expliquer ces conditions et leurs traitements aux patients.	Cours magistral		
16h15 – 17h15	La main de l'enfant : présentation des malformations congénitales, prise en charge chirurgicale, rééducative et orthétique, stratégies pour autonomiser les parents et les jeunes patients dans le suivi de la rééducation.	Cours magistral		Quiz et questionnaire de fin de formation
Total	16 heures de formation			