

Prise en charge de l'endométriose en kinésithérapie

Slogan : L'endométriose, l'affaire de tous les kinés !

Présentation de la formation :

L'endométriose est une pathologie gynécologique qui touche environ 1 femme sur 10. Tous les kinésithérapeutes sont ou seront amenés à prendre en charge des patientes présentant une endométriose. Cette prise en charge est forcément pluriprofessionnelle et le kinésithérapeute a toute sa place dans celle-ci. Le but de cette formation est d'apporter aux kinésithérapeutes les clés pour la prendre en charge cette pathologie de façon globale et manuelle en se reposant sur les études nationales et internationales disponibles.

Objectifs

- Comprendre l'endométriose : définition, origine, traitement
- Savoir reconnaître les signes évocateurs d'une endométriose
- Apprendre à faire un bilan et à établir un BDK dans le cadre d'une endométriose
- Appréhender les techniques de rééducation globale : respiration, étirement, travail postural...
- Ressentir sur soi, reproduire et corriger sur les autres participants les techniques externes
- Appréhender les techniques plus spécifiques : prise en charge de la symptomatologie pelvi-périnéale
- Connaître les autres thérapeutiques utilisés (pluridisciplinarité)

Programme

Jour 1 (10h – 18h) : Qu'est-ce que l'endométriose

- ❖ Définition et généralités
- ❖ Physio-pathologie et symptomatologie
- ❖ Epidémiologie
- ❖ Prise en charge médicale de l'endométriose : Traitement hormonaux, médicaux, chirurgicaux
- ❖ Bilan diagnostic-kiné dans le cadre d'une endométriose : interroger/ analyser / traiter

Organiser son bilan en posant les bonnes questions, en mesurant les déficits et incapacités de la patiente. Trier les informations du bilan afin de pouvoir analyser les résultats obtenus. Dégager les axes de traitements pour organiser notre prise en charge.

Pratiques :

- ❖ Test respiratoire
- ❖ Test musculaire

Jour 2 (9h – 17h) : Endométriose et kinésithérapie globale

- ❖ Bilan diagnostic-kiné dans le cadre d'une endométriose : interroger/ analyser / traiter (suite)

Organiser son bilan en posant les bonnes questions, en mesurant les déficits et incapacités de la patiente. Trier les informations du bilan afin de pouvoir analyser les résultats obtenus. Dégager les axes de traitements pour organiser notre prise en charge.

- ❖ Bases posturales et respiratoires
- ❖ Prise en charge des douleurs en kinésithérapie : massage, étirement, mobilisation articulaire, TENS

Pratiques :

- ❖ Examen du dos et de l'abdomen
- ❖ Travail sur les postures et leurs conséquences
- ❖ Travail sur les différents types de respirations et leurs utilisations
- ❖ Techniques passives = myotensives, myofasciales, automassage ...
- ❖ Autotraitement via des étirements

Jour 3 (9h – 17h) : Endométriose et techniques spécifiques

- ❖ Apprentissage de l'autogestion de la douleur persistante : base de l'éducation aux neurosciences de la douleur
- ❖ Endométriose et activité physique
- ❖ Prise en charge des symptômes pelvi-périnéaux : spécificités du bilan et de la prise en charge
- ❖ Travail sur les fibroses
- ❖ Endométriose et techniques complémentaire : place de la phytothérapie, de l'alimentation, de l'acupuncture, de l'ostéopathie....

Pratiques :

- ❖ Questionnaires de la douleur
- ❖ Réadaptation à l'effort : apprentissage de l'engagement du transverse abdominal, renforcement musculaire global
- ❖ Palpation externe du périnée