

## **Puncture Kinésithérapique Par Aiguille Sèche**

---

### **Introduction :**

Le syndrome douloureux myofascial est une affection extrêmement fréquente, étant la principale cause de douleur musculaire de la population, avec des prévalences comprises entre 45% et 100% selon les populations étudiées. Cependant, compte tenu de la nouveauté du sujet et de son évolution constante et rapide, son étude n'est généralement pas inclus de manière satisfaisante dans la formation de Masseur Kinésithérapeute.

Notre formation leur permettront de traiter une multitude de pathologies et d'apporter des réponses à de nombreuses questions, offrant à l'étudiant des outils uniques et innovants pour le traitement efficace d'un grand nombre de patients qui, jusqu'à présent, ne s'amélioraient pas complètement.

### **Durée :**

60h      **Séminaire 1. 12 - 15 Sept**      **Séminaire 2. 14 - 17 Novem**

**Profils des stagiaires :** Kinésithérapeutes.

**Prérequis:** Diplôme d'État en Kinésithérapie.

### **Objectifs Généraux :**

Fournir à l'élève physiothérapeute les connaissances et les compétences nécessaires pour diagnostiquer les points triggers myofasciaux (points gâchette, points déclencheurs) (PTM) et le syndrome douloureux myofascial (SDM) dans la grande majorité des muscles du corps humain, ainsi que leur traitement au moyen de techniques de physiothérapie invasives telles que la puncture avec aiguille sèche. En accordant une attention particulière à toutes les mesures d'hygiène et de sécurité nécessaires à sa bonne exécution.

### **Objectifs spécifiques :**

- Réaliser correctement le diagnostic du SDM, les PTM, apprendre la palpation de la portion tendue de fibres musculaires, la provocation de la réaction de secousse

musculaire localisée (RSML) et la localisation du “nœud” douloureux à la compression du PTM.

- Connaître l'importance de la douleur myofasciale et reconnaître les symptômes cliniques de la douleur et du dysfonctionnement chez les patients atteints du SDM.
- Connaître les règles déontologiques qui encadrent l'application de la puncture par aiguille sèche.
- Connaître les preuves scientifiques les plus récentes sur l'efficacité de la puncture par aiguille sèche.
- Connaître les différentes techniques de la puncture par aiguille sèche, ses indications, ses contre-indications et ses protocoles pour une application correcte.
- Intégrer adéquatement les connaissances sur le SDM et de la puncture par aiguille sèche en utilisant le raisonnement clinique pour une utilisation en milieu clinique.
- Connaître les exigences et le protocole d'hygiène nécessaires pour que la puncture par aiguille sèche soit effectuée en toute sécurité dans les différents muscles du corps humain.
- Connaître les mécanismes neurophysiologiques qui soutiennent la pratique de différentes techniques de puncture par aiguille sèche.
- Connaître les dangers de la technique de puncture par aiguille sèche et les protocoles pour éviter tout dommage lors de son utilisation.

### **Développement du cours:**

Cours de 8 jours de formation répartis en 2 séminaires (4 jours chacun: 30h+30h = 60 heures)

#### **Séminaire I. 12 - 15 Sept**

**1<sup>er</sup> jour :** 08h00 -17h00 : **Introduction:** points triggers myofasciaux et syndrome myofascial douloureux.

08h00 -12h00 :

- Présentation. Distribution de documentation de la formation.
- Le syndrome myofascial douloureux.
- Points triggers myofasciaux: généralités, historique, pathophysiologie, caractéristiques cliniques, étiologies, traitements.

13h00-17h00 :

- Critères diagnostiques.
- Muscles infra-épineux et sterno-cléido-mastoïdien. Palpation en pince et à plat. Identification la portion tendue de fibres musculaires, de la RSML et la localisation du “nœud” douloureux à la compression du PTM.

**2<sup>ème</sup> jour : 08h00-17h00 :**

08h00-12h00 :

- Principes de la technique invasive. Classification, actions, indications, contre-indications.
- Études scientifiques récentes.
- Dangers, complications et hygiène.

13h00-17h00 :

- Punction sèche superficielle. Technique du Baldry sur différent régions du corps.
- Muscle infra-épineux. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche. La technique de pistonage de Hong.

**3<sup>ème</sup> jour : 08h00-17h00 :**

08h00-12h00 :

- Muscle trapèze supérieur. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche en pince avec pistonage ou rotation de l'aiguille.
- Muscles droit fémoral, vaste latéral, vaste médial et vaste intermédiaire. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche et électropuncture.

13h00-17h00 :

- Muscles biceps fémoral, semi-tendineux et semi-membraneux. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche.
- Muscles fessiers et tenseur du fascia lata. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche.

**4<sup>ème</sup> jour : 08h00-15h00 :**

08h00-12h00 :

- Muscles sartorius, long et court adducteur et pectiné. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche.
- Muscles grand adducteur et gracile. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche.

13h00-15h00 :

- Muscles piriforme, jumeau supérieur, obturateur interne, jumeau inférieur, obturateur externe et carré fémoral. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche.
- Révision des points clés concernant la sécurité, l'hygiène et les bonnes pratiques.
- QMC y validation des compétences.
- Bilan de la formation.

## **Séminaire 2. 14 - 17 Novem**

**1<sup>er</sup> jour : 08h00-17h00 :**

08h00-12h00 :

- Muscles gastrocnémiens et soléaire. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de poncture par aiguille sèche.
- Muscles poplité, tibial postérieur, long fléchisseur des orteils et long fléchisseur du gros orteil Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche.

13h00-17h00 :

- Muscles long, court et troisième fibulaires, tibial antérieur, long extenseur des orteils et long extenseur du gros orteil. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche.
- Muscles carré plantaire, abducteur du gros orteil, adducteur du gros orteil, court fléchisseur du gros orteil, court extenseur du gros orteil, court extenseur des orteils, abducteur du petit orteil et interosseux du pied. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche.

**2<sup>ème</sup> jour : 08h00-17h00**

08h00-12h00 :

- Muscles deltoïde, supra-épineux et coraco-brachial. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche.
- Muscle grand pectoral : chef sterno-costal et chef abdominal. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche.

13h00-17h00 :

- Muscles grand dorsal, et grand rond et petit rond. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de poncture par aiguille sèche.
- Muscle brachial et biceps brachial. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche.

**3<sup>ème</sup> jour : 08h00-17h00**

08h00-12h00 :

- Muscles triceps brachial et anconé. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche.
- Muscles extenseur ulnaire du carpe, long extenseur radial du carpe, court extenseur radial du carpe, extenseur des doigts, brachio-radial et supinateur. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche.

13h00-17h00 :

- Muscles fléchisseur radial du carpe, fléchisseur ulnaire du carpe, long palmaire, fléchisseurs long et court des doigts, long fléchisseur du pouce, rond pronateur, Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche.
- Muscles de la main : adducteur du pouce, opposant du pouce, court fléchisseur du pouce, muscles interosseux dorsales et palmaires,
- Muscle sterno-cléido-mastoïdien. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche.

**4<sup>ème</sup> jour : 08h00-15h00**

- Muscles masséter, temporal, ptérygoïdiens latéral et médial et digastrique. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche.
- Muscles scalènes. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche.
- Révision des points clés concernant la sécurité, l'hygiène et les bonnes pratiques.
- QMC y validation des compétences.
- Bilan de la formation.