



PROGRAMME DETAILLE

Lombalgie : Du bilan au traitement

Titre de l'action : Lombalgie : Du bilan au traitement

Publics concernés : kinésithérapeutes salariés et libéraux

Orientations prioritaires (31 Juillet 2019) :

Orientation n° 207 : Prévention et prise en charge des pathologies neuro-musculo-squelettiques

Méthodes pédagogiques :

Expositive/ démonstrative/ interrogative/ expérimentuelle.

Format de l'action :

Formation présentielle

Mode d'exercice :

Libéraux.

Salariés en centre de santé conventionnés.

Salariés hospitaliers.

1- Présentation de la formation

Titre :

Lombalgie : Du bilan au traitement

Niveau :

Acquisition ou perfectionnement

Nombres d'heures totales : 14

Nombres d'heures théoriques : 4



Nombres d'heures pratiques : 10

Orientation Nationale (31 Juillet 2019) :

Orientation n° 207 : Prévention et prise en charge des pathologies neuro-musculo-squelettiques

Année de réalisation : 2025

2- Projet pédagogique

Contexte

Cette formation s'inscrit dans le cadre de l'approfondissement des connaissances des pratiques diagnostiques, des prises en charges thérapeutiques et de l'amélioration des compétences des masseurs kinésithérapeutes dans les domaines de la rhumatologie, de la traumatologie, de l'orthopédie, de la médecine du sport autour de cas cliniques relevant du bilan et du traitement des lombalgie essentielles.

Résumé/Objectifs pédagogiques :

L'objectif principal est le bilan diagnostic et le traitement de la lombalgie essentielle (ostéo-articulaire, neuro-musculaire, musculo-tendineux, ménisco-ligamentaire, disco-radiculaire).

Acquérir les connaissances et moyens nécessaires à la mise en place d'un diagnostic complet de la région lombo-pelvi-fémorale, Savoir élaborer le diagnostic kinésithérapique et l'arbre décisionnel en conséquence. Acquérir l'ensemble des techniques nécessaires à la prise en charge des lombalgie, cruralgies et sciatalgies et pouvoir choisir la technique la plus adaptée en fonction de la situation et du moment.

Programme :

Déroulé pédagogique de l'action

Objectifs spécifiques :

Les participants connaîtront les rapports anatomiques, de plus seront alertés sur les contre-indications, les précautions et les règles de la non douleur à respecter.

Les participants en binôme seront capables de réaliser les techniques de traitement avec l'aide de l'enseignant.

A l'issue de ce stage, le stagiaire sera en capacité de :

- Maîtriser les connaissances anatomiques et physiologiques du complexe lombo-pelvien
- Appréhender les tensions et les dysfonctions myo fasciales locales, locorégionales ou à distance, - Connaitre la sémiologie des principaux désordres du complexe,
- Savoir réaliser un bilan en se fondant sur des techniques, tests et scores validés,
- Instruire l'organisation et comprendre la symptomatologie des désordres du complexe lombo pelvien,
- Elaborer le traitement à partir des hypothèses,
- Mettre en œuvre et ajuster les techniques les plus adaptées au complexe lombo-pelvien,



- Savoir réaliser une réévaluation constante des effets afin de progresser dans le traitement proposé au patient.

Les kinésithérapeutes atteindront un niveau de précision dans le diagnostic et le traitement des troubles musculo-articulaires du complexe lombo pelvien.

Programme de la formation

Jour 1 : Évaluation et traitement du rachis lombaire

9h00 – 12h00

- Généralités sur la lombalgie
 - Définition, étiologies fréquentes
 - Anatomie et biomécanique du rachis lombaire
- Échanges sur les pratiques cliniques et les outils d'évaluation

13h00 – 17h00

- Levées de tension musculo-aponévrotiques
- Mobilisations spécifiques du rachis lombaire
- Mise en pratique en binômes & régulation pédagogique

Jour 2 : Approfondissements cliniques et outils thérapeutiques

9h00 – 12h00

- Place de l'extension dans les lombalgies
 - Principe discal et pertinence clinique
 - Tests d'extension, critères de choix et indicateurs de réponse
- Études de cas & mises en situation

13h00 – 17h00

- Diagnostic différentiel, mécanique et d'exclusion
- Élaboration de protocoles de traitement adaptés
- Renforcement musculaire : indications, progressions



- École du dos et verrouillage lombaire selon Troisier
- Travail pratique encadré

Méthodes pédagogiques

- Alternance théorie/pratique
- Cas cliniques, mises en situation, binômes
- Interaction formateur/apprenant
- Régulation formative et feedback immédiat

Supports pédagogiques

- PowerPoint & vidéos de démonstration
- Livret stagiaire
- Matériel pratique : tables de massage, coussins

Informations pratiques

- **Durée** : 14h (2 jours)
- **Format** : Présentiel
- **Public** : Kinésithérapeutes (libéraux, hospitaliers, centres de santé)
- **Orientation DPC** : N° 207 – Pathologies neuro-musculo-squelettiques

Références bibliographiques

- S. POIRAUDEAU, M.M. LEFEVRE COLAU, F. FAYAD, F. RANNOU, M. REVEL. Lombalgie. Encyclopédie Médicochirurgicale Appareil locomoteur 2004;15-840-C-10:1-15.
- A. COURTILLON, H. GAIN, R. HIGNET, P. MENAIS, JL. POLARD. Rééducation des fractures non neurologiques du rachis thoracolombaire. Encyclopédie Médicochirurgicale Kinésithérapie-médecine physique-readaptation 2001;26-286-A-10:1-15.
- MEYRUEIS J.P., CAZENAVE A. Consolidation des fractures. Encyclopédie Médico-chirurgicale 2004;14 031-A-20:1-17.
- F. LECOUVET, G. COSNARD. Imagerie de la colonne vertébrale et de la moelle épinière. 2ème édition : Masson, 2007.
- DOSCH J.C., MOSER T., DIETEMANN J.L. Imagerie des traumatismes rachidiens. Encyclopédie Médico-chirurgicale 2007;31-670-A-10:1-26.
- F. PAYCHA, B. RICHARD. Scintigraphie de l'appareil locomoteur. Encyclopédie Médico-chirurgicale appareil



locomoteur 2002;14-001-Q-10:1-21.

C. GARREAU DE LOUBRESSE, R. VIALLE, S. WOLFF. Cyphoses pathologiques. Encyclopédie

Médicochirurgicale appareil locomoteur 2005;15-969-A-10:1-33.

LENOIR T, DAUZAC C. Les fractures thoraco-lombaires. Kinésithérapie scientifique 2009;503:67-8.

OBEID I, VITAL J.M, GILLE O. Abords antéro-latéraux de la charnière thoraco-lombaire EMC Techniques chirurgicales-orthopédie-traumatologie 2009;44-136:1-8.

GOUILLY P., TRUDELLE P. Prise en charge du lombalgique. Kinésithérapie scientifique 2007;481:41-4.

MAIGNE R. Douleurs d'origine vertébrale. Issy-les-Moulineaux : Elsevier, 2006.

VERGNE SALLE P., GRILLO R.M., BERTIN P., BONNET C., COYRAL D., PERROT S., TREVES R. Douleurs en rhumatologie, aspects physiopathologiques, moyens d'évaluation, moyens thérapeutiques. Encyclopédie Médicochirurgicale 2004;15-918-A-10:1-20.

M. DUFOUR, M. PILLU. Biomécanique fonctionnelle 2006 ; édition Masson : 429-536.

AA LOPEZ. Petites inégalités de longueur des membres inférieurs chez l'adulte. Encyclopédie

Médico-chirurgicale Podologie 1999;27-060-A-55:1-9.

A. I. KAPANDJI. Physiologie articulaire 3, 6ème édition : Maloine, 2007.

DUFOUR M. Examen clinique articulaire et bilan. Encyclopédie Médicochirurgicale 2007;26-074-A-10:1-22.

DEMOULIN C., CRIELAARD J.M., VANDERTHOMMEN M. Exploration de la musculature rachidienne du sujet sain et lombalgique : revue de littérature. Revue du rhumatisme 2007;74:11-6.

DEMOULIN C., VANDERTHOMMEN M., DUYSENS C., CRIELAARD J.M. L'évaluation de la musculature rachidienne par le test de Sorensen : revue de littérature et analyse critique. Revue du rhumatisme 2006;73:39-46.

GOUILLLY P., REGGIORI B., LOUIS GNOS P., SCHUH O., MULLER K., DOMINGUEZ A. A propos de la mesure de l'ampliation thoracique. Kinésithérapie la revue 2009;88:49-55.

ZERKAK D., BEAUDREUIL J., BIDAULT F., GARAUD P., FOQUET B. Validation de l'EIFEL dans une population de patients lombalgiques chroniques. Revue du rhumatisme 2006;73:1031-88.

VOGLER D., PAILLEX R., NORBERG M., DE GOUMOENS P., CABRI J. Validation transculturelle de l'owestry disability index en français. Annales de réadaptation et de médecine physique 2008;51:379-85.

YVANES-THOMAS M., CALMELS P., BETHOUX F., RICHARD A., NAYME P., PAYRE D., LAURENT B. Validité de l'utilisation de la version francophone de l'échelle de Québec chez des lombalgiques chroniques de culture française. Revue du rhumatisme 2002;69:737-46.

CALMELS P., BETHOUX F., CONDEMINE A., FAYOLLE-MINON I. Outils de mesure des paramètres fonctionnels dans la lombalgie. Annales de réadaptation et de médecine physique 2005;48:288-97.

POIROT I. Méthodes d'évaluation des troubles anxieux. Médecine du sommeil 2005; 2ème partie:37-40.

NGUYEN C., POIREAUDEAU S., REVEL M., PAPELARD A. Lombalgie chronique : facteurs de passage à la chronicité. Revue du rhumatisme 2009;76:537-42.

GENËT F., LAPEYRE E., SCHNITZLER A., HAUSSEGUY A., D'APOLITO A.C., LAFAYE DE MICHAUX R., REGRAIN E., REVEL M., POIREAUDEAU S. Evaluation psycho comportementale dans la lombalgie chronique. Annales de réadaptation et de médecine physique 2006;49:226-33.

BOGDUK N. Anatomie clinique du rachis lombal et sacré. Paris : Elsevier, 2005.

BIOT, ROUSSOULY, LE BLAY, BERNARD. Douleurs mécaniques et troubles de la statique vertébrale.2ème colloque du centre de réadaptation médico-chirurgicale des Massues 2006 ;1-263.

ROSSIGNOL M., ROZENBERG S., LECLERC A. Epidémiologie des lombalgies : quoi de neuf ? Revue du rhumatisme 2009;76:967-72

FAYAD F., LEFEVRE COLAU M.M, POIREAUDEAU S., FERMANIAN J., RANNOU F., WLODYKA DEMAILLE S., BENYAHYA R., REVEL M. Chronicité, récidive et reprise du travail dans la lombalgie : facteurs communs de pronostic. Annales de réadaptation et de médecine physique 2004;47:179-89.

FRESLON M., BOUAKA D., COIPEAU P., DEFOSSEZ G., LECLERCQ N., NEBOUT J., MARTEAU E.,

POILBOUT N., PREBET R. Fractures du rachis thoracolombaire. Revue de chirurgie orthopédique et réparatrice de l'appareil locomoteur 2008;945:522-35.

DUFOUR, BARETTE, GHOSSOUB, LOUBIERE. Arrêtons de soigner la lombalgie. Kinésithérapie scientifique 2010;506:11-7.

VITAL J.M. Alternatives à l'arthrodèse lombaire et sacrée. Cahier d'enseignement de la Sofcot : Elsevier, 2007.

VANVELCENAHER, RAEVEL, O'MIEL, VOISIN, STRUK, WEISSLAND, AERNOUDTS, BIBRE, GOETHALS, MASSE. Programme de restauration fonctionnelle du rachis dans les lombalgies chroniques. EMC 1999 ;



26-294-B-10 :1-13

MOISAN G. Ajustement postural lombo-pelvi-fémoral chez le lombalgique. Kinésithérapie scientifique 2007;475:5-8.

G. KEMOUN, E. WATELAIN, P. CARETTE. Hydrokinésithérapie. Encyclopédie Médico-chirurgicale 2006;26-140-A-10:1-26.

GAIN H., HERVE J.M., HIGNET R., DESLANDES R. Renforcement musculaire en rééducation. Encyclopédie Médico-chirurgicale 2003;26-055-A-11:1-10.

NOEL-DUCRET F. Méthode de Kabat. Encyclopédie Médicochirurgical 2001;26-060-C-10:1-18.

GEDDA M., TRUDELLE P. Lombalgie et extension. Kinésithérapie, les annales 2001;novembre-décembre:13-33.

OLIVIER N., LEGRAND R., ROGEZ J., BERTHOIN S., WEISSLAND T. Arrêt de l'entraînement et déconditionnement à l'effort aérobie. Science et sports 2008;23:136-44.

GUY-COICHARD C., ROSTAING- RIGATTIERI S., DOUBRERE J.F., BOUREAU F. Conduite à tenir vis-à-vis d'une douleur chronique. Encyclopédie Médico-chirurgicale 2007;26-008-A-05 :1-14

DUFOUR X., BARETTE G., GHOSSOUB P., TRONTTE G. Rééducation des patients lombalgiques en fonction de l'étiologie. Kinésithérapie scientifique 2010;513:25-34.

J.M VITAL. Fractures thoraciques et lombaires sans troubles neurologiques. Conférences d'enseignement de la SOFCOT 2006 ; 91 :123-43

RANNOV F., MAYOUX-BENHAMOU M.A., POIRAUDEAU S., REVEL M. Disque intervertébral et structures voisines de la colonne lombaire : anatomie, biologie, physiologie et biomécanique. EMC 2004;15-840-A-10:1-13

RANNOU F., POIRAUDEAU S., CORVOL M., REVEL M. Contraintes mécaniques et disque intervertébral lombaire. Revue du rhumatisme 2000;67:219-24

BIOT B. Les relations entre contraintes biomécaniques, les troubles de la statique et les douleurs rachidiennes. ANDERSON G., VACCARO A.R. Decision making in spinal care, 2007 Edition Thieme: 61- 94

NIZARD R. Le point important dans les fractures du rachis. Savoir faire en radiologie ostéo-articulaire 2005 :7.

GOUILLY P., PETITDANT B. Comprendre la kinésithérapie en rhumatologie. 2006 Paris. Masson

PENINOU G. Organisation musculaire fonctionnelle autour du rachis

SILBER J.S., KONDRA SHOW D.G. Posttraumatic thoracolumbar kyphosis “decision making in spinal care” 2007 Thieme:295-300

DE MAUROY J.C., SENGLER J., FENDER P., LALAIN J.J., TATO B., LUSENTI P., GROSS M., FERRACANE G. Déviations antéropostérieures du rachis. EMC 2001;26-310-A-10:1-13

FAUQUET B., BEAUDREUIL J. Complications du décubitus. EMC 2000;26-520-A-10:1-17

YELNIK A., HANTKIE O., BRADAI N. Déconditionnement, atrophie musculaire et rééducation. Revue du rhumatisme 2008;75:137-41

BUSQUET LEOPOLD. Les chaines musculaires, Tome 1, 2000

CHATRENET Y. Lombalgies : l'indispensable réharmonisation du complexe musculaire. Kinésithérapie la revue 2011;109:29-31 ;

RIBEYROLLES et al. Entrainement en redressement axial. Kinésithérapie la revue 2006:50;35-41

SIMON B., GOUILLY P., PEVERELLY G. Le psoas. Kinésithérapie les cahiers 2001;nov-dec:73-8

BRICOT B. La reprogrammation posturale globale, 2009, Sauramps médical

TROISIER O., DORARD A., REDONT M.J. Education vertébrale verrouillage, déverrouillage : pédagogies et techniques Edition Masson 2002

Supports pédagogiques

Présentation powerpoint

Vidéos

Livret avec support de cours

Matériel utilisé



Tables de massage - coussins