

**FORMATION**

# **PRISE EN CHARGE DE LA PÉRINATALITÉ EN KINÉSITHÉRAPIE**

**PAR SSK FORMATION**

**FORMATION**

# **PRISE EN CHARGE DE LA PÉRINATALITÉ EN KINÉSITHÉRAPIE**

**SSK FORMATION**

## **PUBLIC CONCERNÉ :**

Kinésithérapeutes libéraux et salariés

## **NIVEAU :**

Acquisition

## **NOMBRES D'HEURES TOTALES :**

21h

## **MÉTHODE PÉDAGOGIQUE :**

Démonstrative

## **PROJET PÉDAGOGIQUE :**

Cette formation s'inscrit dans le cadre de l'approfondissement des connaissances des pratiques diagnostiques et des prises en charges thérapeutiques et de l'amélioration des compétences des masseurs kinésithérapeutes dans les domaines de la périnatalité et dans l'accompagnement de la grossesse.

## **OBJECTIFS DE LA FORMATION :**

- Appréhender les différentes étapes de la grossesse et de l'accouchement incluant les modifications corporelles subies par le corps féminin
- Apprendre à faire un BDK spécifique de la grossesse et du post-partum puis apprendre à l'analyser
- Ressentir sur soi, reproduire et corriger sur les autres participants les exercices proposés pour soulager les douleurs de la grossesse et du post-partum
- Ressentir sur soi, reproduire et corriger sur les autres participants les exercices proposés pour renforcer la sangle abdominale en s'adaptant aux problématiques du post-partum
- Proposer une prise en charge globale de la femme dans le cadre de la périnatalité

# PROGRAMME

---

## JOUR 1 : LA GROSSESSE

### MATIN

- Rappels anatomiques et biomécaniques des structures concernées par la grossesse et l'accouchement : Bassin osseux et ligamentaire, musculature de la région
- Modifications physiologiques du corps de la femme lors de la grossesse : hormonales, respiratoires, circulatoires, posturales
- Plaintes des patientes dues aux modifications physiologiques : les différentes douleurs rencontrées lors de la grossesse (rachidiennes, ligamentaires, digestives, circulatoires...)

### APRÈS-MIDI

- Bilan diagnostic-kiné de la grossesse : 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 :
  - Travail sur les différents types de respirations et leurs utilisations
  - Travail sur les postures et leurs conséquences : postures à adopter en fonction des plaintes des patientes

## JOUR 2 : LA GROSSESSE ET LE POST-PARTUM IMMÉDIAT

### MATIN

- Kiné et grossesse : rôle du kinésithérapeute et participation de la patiente lors de la rééducation
- Ventre figé et douleur
- Pratiques :
  - Traitement des différentes douleurs par la posture, la respiration et des étirements ciblés: algies rachidiennes, ligamentaires, digestives, circulatoires

### APRÈS-MIDI

- Les étapes de l'accouchement
- Les différents moments de prise en charge en kinésithérapie lors du post-partum : prise en charge précoce, secondaire ou tardive
- Bilan diagnostic-kiné de la jeune accouchée : 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 et choisir la meilleure rééducation abdominale possible.
- Place des kinésithérapeutes dans la période du post-partum immédiat (jusqu'à la 6ème semaine après l'accouchement)
- Pratiques :
  - Prise en charge des algies du post partum immédiat
  - Relation entre le travail respiratoire et les pressions abdominales

- Conseils d'hygiène de vie : portage / alimentation

## **JOUR 3 : LE POST-PARTUM**

### **MATIN**

- Place des kinésithérapeutes dans la période du post-partum secondaire:
  - quel type de rééducation abdominale proposer de façon générale?
  - Comment adapter cette rééducation en fonction des éléments du bilan (diastasis, cicatrice de césarienne, douleurs lombaires)
  - prise en charge de la cicatrice de césarienne
- Place des kinésithérapeutes dans la période du post-partum tardif : les abdos mais pas uniquement !
- Pratiques :
  - Relation entre les mouvements et les pressions abdominales

### **APRÈS-MIDI**

- Les exercices abdominaux du post-partum (différents niveaux de difficulté)
- Les exercices spécifiques à proposer en cas de :
  - diastasis
  - cicatrice de césarienne
  - douleurs lombaires

# BIBLIOGRAPHIE

---

1. ANAES – Rééducation dans le cadre du post-partum. Recommandations. Décembre 2002
2. B. CALAIS-GERMAIN - Abdos sans risque. Editions Adverbum
3. B. CALAIS-GERMAIN - Le périnée féminin et l'accouchement. Editions Adverbum
4. B. CALAIS-GERMAIN - Respiration. Editions Adverbum
5. D. CARRE, C. SIMEON – Périnée Tout ce que vous avez toujours voulu savoir...sans oser le demander. Editions Opportun
6. M. CAUFRIEZ - Gymnastique abdominale hypopressive
7. Collège de la masso-kinésithérapie – Automassage cicatriciel à destination des patients. Recommandations. Juillet 2018
8. COLLECTIF - Périnée et maternité. Editions Elpea
9. Dr B. DE GASQUET - Abdominaux, arrêtez le massacre. Editions Marabout
10. Dr B. DE GASQUET, Pr X. CODACCIONI, D. ROUX-SITRUK, L. POURCHEZ, F. d'OLIER - Bébé est là, vive maman. Editions Robert Jauze
11. Dr B. DE GASQUET - En pleine forme après bébé. Editions Marabout
12. S. GAILLAC ALANBARI – Rééducation périnéale féminine. Editions Dunod
13. D. GROSSE, J. SENGLER - Rééducation périnéale. Editions Elsevier Masson
14. L. GUILLARME - Rééducation thoraco-abdomino-pelvienne par le concept ABDO-MG®. Editions Frison Roche
15. A KAPANDJI - Physiologie articulaire, tome 3 Tronc et rachis. Editions Maloine
16. K. SCHWARZ - En forme après bébé. Editions Vigot
17. F. NETTER – Atlas d'anatomie humaine. Edition Elsevier Masson