

## PROGRAMME DÉTAILLÉ DU COURS A McKENZIE

### Le rachis lombaire

Ce cours présente l'application du MDT (Diagnostic et Thérapie Mécanique, aussi appelé méthode McKenzie) à l'examen et au traitement de patients présentant des douleurs lombaires, des sciatalgies ou des cruralgies.

#### PROGRAMME DE FORMATION EN PRÉSENTIEL

##### **Module 1 / Module 2 : INTRODUCTION ET ÉPIDÉMIOLOGIE - Suite et approfondissement du E-learning 0 :30**

- Introduction
- Discussion et questions / réponses sur l'épidémiologie

##### **Module 3 : CLASSIFICATION ET DÉFINITION DES TERMES - Suite et approfondissement du E-learning 1 :00**

- Approfondissement de la description des syndromes
- Exercices de différenciation des syndromes
- Les drapeaux rouges
- Les drapeaux jaunes
- Exercices d'intégration

##### **Module 4 : LA DOULEUR ET LES FACTEURS FAVORISANT DE LA DOULEUR ET DU HANDICAP 1 :30**

- Différenciation clinique des douleurs nociceptives, neuropathiques périphériques et nociplastiques
- Travail de groupe sur les interactions entre ces différents facteurs
- Travail de groupe sur l'influence de la cognition, des émotions et du contexte
- Lien avec le MDT

##### **Module 5 – ANATOMIQUE, PATHOLOGIQUE ET BIOMÉCANIQUE LIÉES AU DIAGNOSTIC ET À LA THÉRAPIE MÉCANIQUE (MDT) 0 :30**

- Pertinence clinique des caractéristiques de l'anatomie lombaire
- Travail de groupe sur les dominantes de contraintes dans la vie quotidienne

##### **Module 6 : INTERROGATOIRE ET EXAMEN MDT - Suite et approfondissement du E-learning 5 :00**

- Marqueurs, indices directionnels, drapeaux rouges, drapeaux jaunes dans chaque partie de l'interrogatoire
- Marqueurs, indices directionnels, drapeaux rouges, drapeaux jaunes dans chaque partie de l'examen clinique
- Dictées
- Jeux de rôle

##### **Module 7 : ÉVALUATION DE LA PRÉSENTATION CLINIQUE 2 :00**

- Algorithme des feux de circulation
- Conclusion de l'évaluation mécanique : classification par syndrome
- Stratégies quand l'examen initial n'est pas concluant
- Quiz d'évaluation en ligne du module 7

##### **Module 8 : TECHNIQUES DE LA THÉRAPIE MÉCANIQUE 0 :30**

- Concept d'autotraitement
- Concept de progression des forces
- Concept de forces alternatives

<b>Module 9 : TRAVAUX PRATIQUE SUR LES TECHNIQUES</b>	<b>4 :00</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Techniques dans le plan sagittal</li> <li>• Techniques dans le plan sagittal + latéral</li> <li>• Techniques dans le plan frontal : glissement latéraux</li> <li>• Techniques dans le plan horizontal : rotations</li> </ul>	
<b>Module 10 : MANAGEMENT DU SYNDROME DE DÉRANGEMENT</b>	<b>2 :30</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stratégie commune à tous les dérangements</li> <li>• Dérangement avec douleur centrale ou symétrique</li> <li>• Dérangement avec douleur unilatérale ou asymétrique, douleur proximale au genou</li> <li>• Dérangement avec douleur unilatérale ou asymétrique, douleur distale au genou</li> </ul>	
<b>Module 11 : MANAGEMENT DU SYNDROME DE DYSFONCTION</b>	<b>1 :00</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Principe d'autotraitement et de responsabilisation du patient</li> <li>• Posologie et progression des forces</li> <li>• Management du syndrome de racine nerveuse adhérente</li> </ul>	
<b>Module 12 : MANAGEMENT DU SYNDROME POSTURAL</b>	<b>0 :30</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Éducation du patient</li> <li>• Position assise corrigée</li> <li>• Position debout corrigée</li> <li>• Position allongée corrigée</li> </ul>	
<b>Module 13 : RÉÉVALUATION DES PATIENTS LORS DES SÉANCES SUIVANTES</b>	<b>0 :30</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Évaluation des marqueurs</li> <li>• Processus de ré-évaluation</li> <li>• Progresser le traitement dans chaque phase et d'une phase à l'autre</li> <li>• Adapter le traitement pour chaque patient</li> </ul>	
<b>Module 14 : PREVENTION DES RECURRENCES ET PROPHYLAXIE</b>	<b>0 :30</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Facteurs qui exposent à une récurrence</li> <li>• Concept de prophylaxie</li> <li>• Rôle de l'autotraitement</li> <li>• Individualisation de la prophylaxie</li> </ul>	
<b>EVALUATION ET TRAITEMENT DE PATIENTS</b>	<b>8 :00</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entre 4 et 6 cas de patients évalués</li> <li>• Suivi des patients</li> </ul>	
<b>TOTAL</b>	<b>28 :00</b>