

Rééducation Périnéale Féminine : les essentiels

Description de la formation

Cette formation est proposée pour acquérir les bases d'une pratique en cabinet en rééducation périnéale. La formation propose une solide base théorique mise à jour régulièrement par les EBM . De plus des heures de pratiques sont proposées tant sur les bilans, la rééducation, la pose de pessaire et les cas cliniques.

Cette formation visera également la prise en charge du patient dans l'éducation thérapeutique et l'éducation à la santé afin de répondre aux modèles biopsychosociaux.

Durée : 28.00 heures (4.00 jours)

Profils des apprenants

- Kinésithérapeutes

Prérequis

- Être kinésithérapeute

Accessibilité et délais d'accès

2 semaines

Qualité et indicateurs de résultats

Taux de satisfactions des apprenants

Nombre d'apprenants

Taux de retour des enquêtes

Objectifs pédagogiques

- Comprendre les fondements anatomiques et physiologiques du système périnéal.
- Identifier et expliquer les principaux troubles périnéaux et leurs causes potentielles.
- Analyser les preuves scientifiques les plus récentes en matière de rééducation périnéale (EBM).
- Évaluer les différentes méthodes de rééducation périnéale et leurs indications respectives.
- Expliquer les étapes de l'évaluation du périnée, y compris les bilans cliniques et les tests fonctionnels.
- Interpréter les résultats des évaluations pour établir un plan de rééducation personnalisé.
- Pratiquer les techniques de rééducation périnéale, y compris les exercices de renforcement et de coordination musculaire.
- Effectuer des bilans cliniques complets et des suivis réguliers pour évaluer l'efficacité du traitement.
- Analyser les facteurs biopsychosociaux qui influent sur la santé périnéale et la réponse au traitement.
- Évaluer l'impact des interventions de rééducation périnéale sur la qualité de vie des patients.

Contenu de la formation

• Journée 1 - matinée : Rappels anatomiques et physiologiques du petit bassin

- Contenant : os, muscles, ligaments, aponévroses, petit bassin, plancher pelvien, membrane obturatrice, Canal d'Alcock
- Contenu : vessie, urètre, utérus, ovaire, rectum
- Rappels physiologiques de la miction : miction, continence, Circuit de Bradley, réflexe de Mahony Neurologie de la miction (sympathique, parasympathique, neurovégétatif)

• Journée 1 - après-midi : Définitions et mécanismes des physiopathologies urinaires et des troubles de la statique pelvienne

- Incontinence urinaire à l'effort, urgenterie, troubles de la statique pelvienne (cystocèle, hystéroscèle, rectocèle), définitions, causes et mécanismes.

• Journée 2 – matin : bilan

- Anamnèse, interrogatoire
- Bilan du pré et post partum
- Bilan urinaire : miction, fuites urinaires
- Bilan de la statique pelvienne et postural,
- Bilan de la douleur
- Examen clinique : périnée descendant et descendu, examen palpatoire (tonicité, avulsions, testings, hypermobilité cervico urétrale)
- Hémi valves pour les bilans des prolapsus

• Journée 2 - après-midi : Mise en place de la rééducation périnéale

- Techniques de rééducation : manuelle, exercices de Kegel,
- Rééducation par électrostimulation, biofeedback
- Présentations des techniques récentes et innovantes
- Auto-rééducation,

• Journée 3 - matin: rééducation spécifique

- Rééducation du prolapsus et pose de pessaire
- Pratiques pour la sangle abdominale plus spécifique dans la prise en charge pré et post partum

• Journée 3 - après-midi : intégration du périnée dans la sphère lombo abdomino pelvienne

- La rééducation périnéale intégré à la globalité lombo abdomino pelvienne : gymnastique posturale et intégration de l'ajustement postural (APA), mise à jour des connaissances dans la prise en charge plus spécifique de la sangle abdominale.
- Pratique sur tapis

• Journée 4 - matin : pratique

- Examen visuel
- Examen palpatoire
- Rééducation manuelle, mise en place des exercices de Kegel,

- **Journée 4 - après-midi : Cas cliniques pour l'application des protocoles de rééducation**

- Pose de pessaire
- Cas cliniques permettant la mise en place des protocoles de rééducation dans l'incontinence urinaire, l'urgenterie, les prolapsus
- Synthèse
- Questions

Organisation de la formation

Équipe pédagogique

Sandrine Galliac Alanbari

Moyens pédagogiques et techniques

- Support PowerPoint
- Salle de formation équipée (projecteur, table ...)

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Évaluation initiale des connaissances et pratique professionnelle par QCM préformation,
- Évaluation formative par QCM à chaque fin de module,
- Un recueil des appréciations à chaud sera organisé en fin de formation
- Un recueil des appréciations à froid sera organisé 3 mois après la formation

Prix : 1000€ TTC