

## Méthode McKenzie de Diagnostic et Thérapie Mécanique

### Cours A : la colonne lombaire

#### OBJECTIF DE LA FORMATION :

À travers leur participation active à la formation, les participants feront l'acquisition des connaissances de base pour :

1 - Appliquer de façon appropriée le MDT aux patients souffrant de douleurs lombaires avec ou sans irradiations dans le membre inférieur.

2 - Distinguer les différents syndromes décrits en MDT (Dérangement, Dysfonction, Postural) des autres pathologies lombaires et formuler un plan de traitement pour chaque syndrome.

3 - Identifier quand l'application de techniques manuelles est indiquée pour permettre la résolution des symptômes dans le cadre du concept de progression des forces.

4 - Communiquer et collaborer avec le patient pour concevoir et appliquer un plan de traitement personnalisé afin d'atteindre les objectifs.

#### PUBLIC CONCERNÉ :

Masseurs-kinésithérapeutes DE.

#### PRÉ-REQUIS NÉCESSAIRE POUR SUIVRE LA FORMATION :

Avoir suivi l'e-learning de la partie A. Posséder le diplôme du public concerné.

#### MODALITÉS D'ACCÈS / D'INSCRIPTION À LA FORMATION :

À partir de notre site par l'envoi d'un dossier d'inscription validé après la réception du règlement et du Contrat de formation signé.

#### MODALITÉS DE DÉROULEMENT DE LA FORMATION :

Approche pédagogique active basée sur des techniques pratiques et des cas cliniques.

#### TEMPS DE FORMATION :

4 jours

#### FORMATEUR POUR KINÉ FORMATIONS :

Institut McKenzie France

#### KINÉ FORMATIONS

8 rue Baron Quinart

08000 CHARLEVILLE-MÉZIÈRES

Tél. : 01 42 22 63 50

[www.kine-formations.com](http://www.kine-formations.com)

Déclaration activité : 21 08 00367 08

#### Contenu

#### Objectif

#### Durée

### JOUR 1

#### MODULE 1 : INTRODUCTION ET ÉPIDÉMIOLOGIE

- Caractéristiques essentielles
- Reconnaissance des principaux aspects des lombalgies
- Différences avec d'autres approches du traitement de la colonne lombaire

Décrire les caractéristiques principales de la Méthode MDT et la comparer aux autres approches du traitement des affections vertébrales communément utilisées.

0.20

- Prévalence des lombalgies
- Histoire naturelle des lombalgies
- Implications des lombalgies
- Traitement

Décrire les facteurs épidémiologiques principaux associés aux douleurs lombaires mécaniques.

0.15

- Facteurs de risque
- Prédilections

Décrire les facteurs de risque et les facteurs ayant une influence sur le pronostic des douleurs lombaires mécaniques.

0.10

#### MODULE 2 : DOULEUR ET PROPRIÉTÉS DES TISSUS CONJONCTIFS

- Types de douleur
- Mécanismes activant les nocicepteurs

Identifier les structures qui disposent d'une innervation nociceptive au niveau de la colonne lombaire

1.30

Principaux facteurs d'identification de :

- la douleur chimique
- la douleur mécanique
- la douleur chronique

Décrire et distinguer une douleur mécanique, chimique et chronique

- Processus de réparation
- Correspondance entre le processus de guérison avec la stratégie thérapeutique

Identifier et différencier les stades de guérison des tissus en application aux sous-groupes *AUTRES* : «traumatique», et «récupération après traumatisme».

Compléter un tableau (douleur chimique versus douleur mécanique)

0.10

**MODULE 3 : DIAGNOSTIC MÉCANIQUE - CLASSIFICATION ET DÉFINITION DES TERMES**

<ul style="list-style-type: none"> <li>● Indications pour la thérapie mécanique</li> <li>● Contre-indications à la thérapie mécanique</li> </ul>	Identifier et discuter des indications et des contre-indications de la thérapie mécanique.	0.10
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Définition du syndrome de dérangement</li> <li>● Particularités du syndrome de dérangement</li> <li>● Caractéristiques de l'examen</li> <li>● Définition des termes</li> <li>● Description des dérangements</li> <li>● Localisation de la douleur dans les dérangements</li> </ul>	Décrire les caractéristiques cliniques du syndrome de dérangement.	0.30
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Définition</li> <li>● Particularités des patients</li> <li>● Caractéristiques de l'examen</li> </ul>	Décrire les caractéristiques cliniques du syndrome postural.	0.10
Classification MDT	Décrire les caractéristiques cliniques des pathologies spinales du sous-groupe «AUTRES».	0.10
Algorithme de classification	Distinguer les syndromes de dérangement, de dysfonction, posturale et les «AUTRES».	
Compléter un tableau (différenciation des 3 syndromes)		0.10
Discussion et analyse de cas		0.10

**MODULE 4 : INTERROGATOIRE ET EXAMEN DU PATIENT**

<ul style="list-style-type: none"> <li>● Formuler un début de diagnostic mécanique</li> </ul>	Identifier les buts de l'interrogatoire.	0.40
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Patient</li> <li>● Symptômes</li> <li>● Antécédents</li> <li>● Questions spécifiques</li> </ul>	Décrire les différentes parties de l'interrogatoire dans le formulaire d'examen MDT et connaître la pertinence de chacune.	
La communication	Discuter de l'utilisation des stratégies d'interrogatoire efficaces et de l'interprétation des réponses du patient aux questions de l'interrogatoire.	
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Posture du patient</li> <li>● Examen neurologique</li> <li>● Conclusions</li> </ul>	Identifier les buts de l'examen physique.	
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Observation de la posture</li> <li>● Examen neurologique</li> </ul>	Décrire les différentes parties de l'examen physique du formulaire d'examen MDT et connaître la pertinence de chacune.	0.20
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Pendant le test mécanique</li> <li>● Après le test mécanique</li> </ul>	Définir et démontrer l'utilisation des termes appropriés pour remplir le formulaire d'examen MDT.	0.10
Remplir un formulaire MDT	Remplir précisément un formulaire d'examen MDT.	0.10
Analyse de cas		0.20

**MODULE 5 : CONSIDÉRATIONS ANATOMIQUES LIÉES AU DIAGNOSTIC ET À LA THÉRAPIE MÉCANIQUE**

Description du disque intervertébral.	Décrire la structure, la fonction et la biomécanique du disque intervertébral	0.40
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Flexion</li> <li>● Extension</li> <li>● Variations diurnales</li> <li>● Nutrition du disque</li> <li>● Modifications structurelles à l'intérieur du disque</li> </ul>	Décrire les caractéristiques essentielles de la biomécanique du rachis lombaire	
Facteur temps et phénomène de fluage	Décrire la signification clinique du phénomène de fluage.	
Description de l'évolution de la dégénérescence	Décrire et différencier entre les stades de dégénérescence discale.	0.20
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Douleurs discogéniques</li> <li>● Hernies discales</li> </ul>	Relier les stades de dégénérescence discale aux présentations cliniques.	0.10
Remplir un tableau (flexion / extension)		0.10
Discussion et analyse de cas		0.10

**JOUR 2****MODULE 6 : ÉVALUATION DE LA PRÉSENTATION CLINIQUE**

<ul style="list-style-type: none"> <li>● Métaphore des feux de la circulation</li> <li>● Réponses mécaniques aux tests mécaniques</li> </ul>	Analyser et interpréter la réponse mécanique et symptomatique observée pendant l'évaluation d'un patient.	1.10
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Mouvements répétés dans le syndrome de dérangement</li> <li>● Mouvements répétés dans le syndrome de dysfonction</li> <li>● Mouvements répétés dans le syndrome postural</li> </ul>	Décrire et analyser la présentation mécanique et symptomatique dans un syndrome de dérangement, de dysfonction ou dans un syndrome postural.	
Mouvements répétés dans la catégorie «AUTRES»	Discuter de la présentation symptomatique et mécanique des patients appartenant au sous-groupe «AUTRES»	
Principes de «management» en thérapie mécanique	Discuter des principes de traitement des trois syndromes.	
Démo : évaluation et traitement patient 1		1.00
Quiz 1 : compléter la section Amélioré / Aggravé par :		0.10
Quiz 2 : documenter le résultats des tests		0.10

**MODULE 7 : TECHNIQUES EN THÉRAPIE MÉCANIQUE**

<ul style="list-style-type: none"> <li>● Avantage de la progression des forces</li> <li>● Forces générées par la patient</li> <li>● Forces générées par le thérapeute</li> </ul>	Décrire et expliquer la progression des forces utilisées dans la méthode MDT.	1.30
Forces «alternatives»	Décrire et expliquer l'utilisation de forces alternatives dans la méthode MDT.	
Les techniques	Distinguer les procédures d'auto-traitement et les techniques passives effectuées par le clinicien.	
Description du process des techniques	Décrire et évaluer les résultats des techniques d'auto-traitement et des techniques passives effectuées par le clinicien dans le traitement des trois syndromes décrits par la méthode MDT.	
<b>Quiz et discussion</b>		0.20
Démo : évaluation et traitement patient 2		1.00

**MODULE 8 : TECHNIQUES DE THÉRAPIE MÉCANIQUE : TRAVAUX PRATIQUES**

<ul style="list-style-type: none"> <li>● Principe d'extension statique</li> <li>● Principe d'extension - dynamique</li> <li>● Principe d'extension - dynamique</li> <li>● Principe latéral</li> <li>● Principe de flexion</li> <li>● Principe de flexion avec une composante latérale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Évaluer la posture et les pertes d'amplitude.</li> <li>● Conduire des tests de mouvements répétés et les tests statiques pour la colonne lombaire.</li> <li>● Effectuer et transmettre les techniques d'auto-traitement de la colonne lombaire.</li> <li>● Effectuer les techniques passives pour la colonne lombaire.</li> <li>● Identifier les raisons de l'application de chaque technique et de leur place dans la progression des forces.</li> </ul>	1.30
Quiz		0.10

**JOUR 3****MODULE 9 : TRAITEMENT DU SYNDROME DE DÉRANGEMENT**

Identification des 4 stades	Décrire les 4 phases du traitement dans le syndrome de dérangement.	0.30
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Réduction - éléments importants</li> <li>● Maintien de la réduction</li> <li>● Restauration de la fonction</li> <li>● Prévention des récurrences</li> </ul>	Décrire les principes de traitement essentiels du syndrome de dérangement.	1.30
Quand faut-il progresser les forces ?	Décrire les indications pour la progression des forces nécessaires dans le traitement du syndrome de dérangement.	0.20
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Symptômes centraux ou symétriques - stratégies thérapeutiques</li> <li>● Douleurs asymétriques ou unilatérales jusqu'au genou : stratégies thérapeutiques</li> <li>● Symptômes unilatéraux ou asymétriques allant sous le genou : stratégies thérapeutiques</li> </ul>	Appliquer les chaînes décisionnelles pour les trois sous-classifications dans le syndrome de dérangement.	1.00
Quiz		0.10
Retour sur la démo clinique des patients 1 et 2		1.30
Démo : évaluation et traitement patient 3 et patient 4		2.00

**JOUR 4****MODULE 10 : TRAITEMENT DU SYNDROME DE DYSFONCTION**

Description	Décrire et expliquer le traitement du syndrome de dysfonction.	1.00
Instructions aux patients	Expliquer les principes essentiels de l'auto-traitement dans ce syndrome et la nécessaire implication du patient pour arriver au résultat désiré.	0.10
Voir quiz 1	Concevoir un programme de traitement individualisé pour un patient donné, dans lequel figurera l'éducation du patient et la programme d'exercices adapté.	0.20
Adhérence de la racine nerveuse - présentation clinique	Décrire les signes cliniques d'une Racine Nerveuse Adhérente et formuler une stratégie thérapeutique individualisée pour le traitement de ce type de dysfonction.	0.10
Quiz 2		0.10

**MODULE 11 : ÉVALUATION DE SUIVI DU PATIENT**

Description du traitement	Décrire et expliquer le traitement du syndrome de dysfonction.	0.20
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Syndrome postural - facteur aggravant : la station assise</li> <li>● Syndrome postural - quand le facteur aggravant est la position debout</li> <li>● Syndrome postural - quand le facteur aggravant est la position allongée</li> </ul>	Expliquer les principes essentiels de l'auto-traitement dans ce syndrome et la nécessaire implication du patient pour arriver au résultat désiré.	0.40
Travail de groupe : élaborer un programme	Concevoir un programme de traitement individualisé pour un patient donné, dans lequel figurera l'éducation du patient et le programme d'exercices adapté.	0.30
Retour sur la démo clinique des patients 3 et 4		1.30

**MODULE 12 : RÉÉVALUATIONS SUCCESSIVES**

<ul style="list-style-type: none"> <li>● Présentation symptomatique</li> <li>● Présentation mécanique</li> </ul>	Décrire les indicateurs utilisés pour établir si les symptômes du patient ont changé.	0.10
Description du processus de réévaluation	Décrire le processus de réévaluation utilisé pour confirmer la classification du patient dans un syndrome donné.	0.10
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Si le patient est mieux</li> <li>● Si le patient est pire ou inchangé</li> <li>● Si l'état du patient s'est vraiment empiré</li> </ul>	Évaluer et pondérer la réponse d'un patient à un programme de traitement, prendre la mesure de cette évolution par rapport aux objectifs du traitement et mettre en œuvre les modifications appropriées pour s'en rapprocher.	0.20
Quiz + analyse de cas		0.20

**MODULE 13 : RÉCURRENCES ET PROPHYLAXIE**

Description des facteurs de récurrence

Décrire les facteurs qui prédisposent les patients à des récurrences de douleurs lombaires avec ou sans irradiations dans le membre inférieur.

1.00

- Objectifs de la prévention secondaire dans les problèmes musculo-squelettiques.

Définir le concept prophylactique.

- La perspective du patient.

Discuter du rôle de l'auto-traitement et de la responsabilisation du patient pour atteindre une prophylaxie efficace.

- Les points clés de la prophylaxie :

Quiz

Concevoir un programme prophylactique spécifique pour chacun des trois syndromes décrits par McKenzie.

0.30

**BIBLIOGRAPHIE :**

## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- **Méthode participative - interrogative** : les stagiaires échangent sur leurs pratiques professionnelles, à partir de cas cliniques et des résultats des grilles pré-formation.
- **Méthode expérientielle** : méthode pédagogique centrée sur l'apprenant qui consiste à lui apporter de nouvelles connaissances.
- **Méthode expositive** : le formateur donne son cours théorique, lors de la partie cognitive.
- **Méthode démonstrative** : le formateur fait une démonstration pratique sur un stagiaire ou sur un modèle anatomique, devant les participants lors des TP.
- **Méthode active** : les stagiaires reproduisent les techniques par binôme.

- Fourniture des supports de cours de la formation
- Vidéo-projecteur
- Tables de massage
- Mise en pratique des techniques

## SUPPORTS PÉDAGOGIQUES

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Questionnaire pré-formation.
- Évaluation à chaud : le formateur remettra à chacun des stagiaires une fiche d'évaluation de formation en fin de stage, qui lui sera restituée. Elle permettra au formateur de valider ou non les acquis des stagiaires. Une attestation de fin de formation sera remise aux stagiaires.
- Questionnaire post-formation (1 mois après la formation).

**NOUS VOUS REMERCIONS POUR VOTRE CONFIANCE**

Pour aller plus loin, [rendez-vous sur notre site](#)

