



---

**PROGRAMME**

**PERFECTIONNEMENT**  
**En Rééducation Périnéale**

**2 JOURS / 15 Heures**

« Actualisation des connaissances, des techniques et des protocoles  
Rééducation abdomino-périnéale globale, Co-activations musculaires,  
Proprioception et Intégration »

**INTERVENANTS :** **Guy VALANCOGNE** Masseur kinésithérapeute DE, DU en rééducation Périnéo-Sphinctérienne, AEU de sexologie médicale, Chargé d'enseignements en rééducation périnéo-sphinctérienne et colo-proctologique et formations universitaires.

**Objectifs**

**La rééducation d'un(e) patient(e) présentant une pathologie pelvi-périnéale de type incontinence urinaire ou fécale ou un prolapsus, doit être globale.**

- Révision-actualisation des connaissances de l'anatomie pelvi-périnéale, de la physiopathologie des différents types d'incontinences.
- Actualisation des techniques et des protocoles de rééducation.
- Comprendre la physiologie de la compétence abdominale et de la compétence périnéale
- Etudier et pratiquer les techniques permettant de rétablir la compétence abdominale, la compétence périnéale, et les synergies abdomino-périnéales.
- Etudier l'influence des modifications de la statique pelvi-vertébrale sur les pathologies pelvi-périnéales.
- Restaurer une stabilisation de la région lombo-pelvienne par des exercices posturaux.
- Automatiser ces co-activations et réflexes posturaux dans les activités quotidiennes, personnelles ou professionnelles (plasticité cérébrale)
- Intégrer ces méthodes dans notre rééducation périnéologique.

**Jour 1** 8h30-12h30 / 14h00-18h00

1. Rééducation périnéo-sphinctérienne : perfectionnement  
Actualisation des connaissances en anatomie périnéale : Muscles, fascias, ligaments : Quel est leur rôle respectif dans la continence ?
  - Bilans et examen clinique
  - Scores d'incontinence et échelles de qualité de vie
  - Modalités d'action de la rééducation périnéale : revue de la littérature (Evidence BM)
  - Quelles sont les objectifs et les techniques prioritaires et efficaces pour l'IUE, l'insuffisance sphinctérienne et l'hyperactivité vésicale idiopathique ?
- Mise à jour des protocoles thérapeutiques
- Etude de cas
2. Influence des modifications de la statique lombo-pelvi-rachidienne sur les incontinences et les prolapsus.
  - Charnière lombo-sacrée, Sacrum/Coccyx, Ailes iliaques
  - Pratique des examens cliniques et bilan posturaux
3. Les co-activations musculaires et les chaînes musculaires
  - Co-activations abdomino-périnéales
  - Co-activations des muscles mobilisateurs et stabilisateurs

**Session pratique :** (démonstration sur mannequin anatomique et par films vidéo)  
Bilan de la statique lombo-pelvienne et de la posture



## Jour 2 8h30-12h30 / 14h00-17h30

### 4. La rééducation abdominale non génératrice de pressions :

- La mécanique ventilatoire – la mécanique abdominale
- La coordination diaphragme-abdomen-plancher pelvien
- Les méthodes de rééducation abdominale non génératrice de pressions : principes, protocoles

#### **Session pratique des techniques de rééducation abdominale**

Si nécessaire démonstration sur mannequin anatomique et par films vidéo

5. La « théorie des voisins » : influence et travail des muscles ventilatoires, des muscles pelvi-trochantériens et de l'ensemble des muscles des chaînes musculaires respectives.
6. Automatisation et intégration des co-activations par la proprioception et la « plasticité cérébrale »  
Pratique du travail proprioceptif sur matériel (plateaux, Thera band, tablette de stabilo-posturométrie..)
7. **Applications pratiques - études de cas**

### DESCRIPTIF DES TRAVAUX PRATIQUES

Session pratique : « **démonstration sur mannequin anatomique** et par films vidéo de l'examen clinique du périnée et du plancher pelvien.

**A l'issue de la formation**, il est proposé aux participants **consentants** une pratique entre stagiaires sous contrôle du formateur »



## Bibliographie

### Bibliographie . Rééducation périnéale perfectionnement

#### Livres

- Pelvic Floor Re-education Chapit.34 In :Pelvic floor Disorders . Ed.Elsevier-Saunders 2004
- Dysfonctionnements du plancher pelvien . tome 2 . A Bourcier chap 34 2005 Elsevier
- Incontinence urinaire et fécale In Pelvi-périnéologie . B.Blanc,L.Siproudhis . Springer 2005,p 127-135
- Evidence based Physical Therapy for the Pelvic floor. Bo.K, Berghmans B. &al. Butterworth-Elsevier 2007 : 262-263.
- La thérapie manuelle en périnéologie . Trovarelli JM. Société des écrivains 2015
- Sliker M., Hove T . In :Pelvic floor muscle function in relation to pelvic organ prolapse. In Pelvic floor function and dysfunction in a general female population ,2009 , Temma, Norway, p.141-8
- Guillaume L. Rééducation thoraco-abdomino-pelvienne par le concept ABDO-MG.Ed.Frison-Roche . Paris.2004
- 

#### Mémoires

- Faivre S. Mémoire sur la prise en charge en post partum précoce. DIU de rééducation périnéale et d'urodynamique . 2014
- Haris J. : « Conséquences physiopathologiques de la grossesse et de l'accouchement sur la sangle abdominale » *Master IRHPM, U.F.R de Médecine (2IS), Université de Picardie Jules Verne, Sept2015* .
- Haris J. « Actualités et perspectives thérapeutiques dans la prise en charge des troubles vésico-sphinctériens chez l'enfant et l'adolescent ». *DIU Urodynamique et Statique Pelvienne, Université de Nîmes-Montpellier, 2014*

#### Articles

- Pelvic floor muscle training *versus* no treatment for urinary incontinence in women.A Cochrane systematic review ; Dumoulin C.,Hay-smith J. Eur J Phys Rehabil Med 2008;44:47-63
- Conservative management og pelvic floor organ prolapse in women. Hagen S, Stark D, Maher C, Adams E. Cochrane Database Syst Rev. 2004;(2):.
- Conservative Management for Female Urinary Incontinence and Pelvic Organ Prolapse Review 2013:Summary of the 5th International Consultation on Incontinence. C Dumoulin, Kathleen F. Hunter, Neurourology and Urodynamics 35:15–20 (2016)
- Pelvic floor exercises during and after pregnancy: a systematic review of their role in preventing pelvic floor dysfunction. Harvey MA. Cochrane Database Syst Rev. 2008 Oct 8;(4)
- HAS rapport sur l'incontinence urinaire . 2007 F.Haab
- Posterior tibial nerve stimulation in the management of overactive bladder: a prospective and controlled study .Bellette PO, Rodrigues-Palma PC, et al. J Urol. 2009 Jun;181(6):2599-607.
- Les techniques d'électrostimulation dans la rééducation périnéo-sphinctérienne. D.Grosse, G.Valancogne *kiné.scient. n°373,déc.1997: 25-31*
- Rééducation périnéologique et pressions dans l'enceinte manométrique abdominale . G.Valancogne, B.de Gasquet, L.Guillaume,P.Dumont abst.congrès SIFUD 2001



- Évolution des indications et des protocoles de rééducation des incontinences urinaires et rectales et des troubles de la statique pelvienne : une question d'intégration. G.Valancogne . *Acta Endoscopica* vol.34-n°4,2004
- Rééducation de la défécation dyssynergique .Valancogne G., Watier A .. *Pelvi-Périnéologie* (2010)
- Single-blind, randomized trial of pelvic floor muscle training, biofeedback-assisted pelvic floor muscle training, and electrical stimulation in the management of overactive bladder. Wang AC, Wang YY, Chen MC. *Urology*. 2006 Nov;68(5):999-1004
- Rôle et efficacité de la rééducation périnéologique dans la prise en charge des prolapsus des organes pelviens . Valancogne G. *réalités en gynécologie-obstétrique* 159.Janv. 2012
- Rééducation périnéologique de l'incontinence urinaire de la femme : comment ça marche ? *Édito . Progrès en urologie* (2013) **23**, 489—490
- bladder training. Wallace SA, Roe B, Williams K In *Cochrane Database Syst Rev*. 2004;(1)
- Les techniques d'électrostimulation dans la rééducation périnéo-sphinctérienne. D.Grosse, G.Valancogne *kinésith.scientif. n°373,déc.1997: 25-31*
- Rôle et efficacité de la rééducation périnéologique dans la prise en charge des prolapsus des organes pelviens . Valancogne G. *réalités en gynécologie-obstétrique* 159.Janv. 2012
- Early pelvic floor muscle training after obstetrical anal sphincter injuries for the reduction of anal incontinence. Mathe M , Valancogne G et al. *Euro J Obstet Gynecol and Reprod Biol* 199 (2016) 201—206
- BO K. – Pelvic floor muscle strength and response to pelvic floor muscle training for stress urinary incontinence.*Neurourol Urodyn* 2003;22(7):654-8
- Deffieux X, Hubeaux K, Damphousse M, Raibaut P, Sheikh Ismael S, Thoumie P et al.. Perineal neuromuscular fatigue. *Ann.Readapt.Med. Phys.*. 2006, 49:331-6,413-7
- THEOFRASTOUS JP.,WYMAN JF., BUMP RC.,et al.- Effects of pelvic floor muscle training on strength and predictors of response in the treatment of urinary incontinence.*Neurourol Urodyn* 2002 ;21:486-90
- De Lancey John O. L., Morgan DM, Fenne DE, Kearney K., Guire K, Miller JM, Hussain H, Umek W.. Comparison of Levator Ani Muscle Defects and Function in Women With and Without Pelvic Organ Prolapse. *Obstet.Gynecol. vol. 109, n° 2, part 1,feb.2007 : 295-302*
- Sapsford RR, Hodges P. Contraction of the pelvic floor muscles during abdominal manoeuvres. *Arch Phys Med Rehab* 2001; 82:1081-8.
- Sapsford R. Rehabilitation of pelvic floor muscles utilizing trunk stabilization. *Man Ther* 2004; 9:3-12.
- Fayt C. Contrôle des muscles abdominaux et du plancher pelvien par le système nerveux central. *Kiné.Scient. n°464.mars 2006 :1-3*
- CAUFRIEZ M . Etude de la motilité musculaire. In :*Thérapies Manuelles et Instrumentales en Uro-Gynécologie* . Ed. MC éditions, Bruxelles 1989 :55-74
- Guillaume L. Rééducation thoraco-abdomino-pelvienne par le concept ABDO-MG.Ed.Frison-Roche . Paris.2004
- Bakker E, Fayt C. Proposition d'un MFC pour le diagnostic et la rééducation de l'IUE. *Kinesith. Revue* 2009;92-93:39-44.
- Mattox TF et al. Abnormal spinal curvature and its relationship to pelvic organ prolapse. *Am J Obstet Gynecol* 2000 Dec;183(6) :1381-4.
- JK Nguyen JK et al. Lombo-sacral spine and pelvic inlet changes associated with pelvic organ prolapse. *Obstet Gynecol* 2000 Mar; 95 :332-6.
- Lind L.R., Lucente V., Kohn N.. Thoracic Kiphosis and the prevalence of advanced uterine prolapse. *Obstet.Gynecol.* 1996,vol 87,n°4 : 605-609
- Boulay C., Prudhomme M. , Prat-Pradal D., P. Poudroux3 ,,B. Fabreguette, G. Duval-Beaupère, J. Jacques Pelissier. Statique pelvienne : morphologie osseuse et périnée. *Abstr congrès SIFUD PP 2008,S32*
- Bonniaud V, Parratte B. effets obésité sur le plancher pelvien ; *Abstr congrès SIFUD PP 2008*
- (ABRAMOWITZ L. Impact de l'obésité morbide sur le périnée. *Acta Endosc.* 2008, vol 38,n°2 :p 19)