

PROGRAMME du STAGE B.A.BA..... (MISE A JOUR DECEMBRE 2015)



JOUR 1

8 H30 ACCUEIL des participantes

9h00 Présentation du programme et des stagiaires.

10h00 Révisions de l'anatomie des muscles périnéaux et des organes génitaux : Quizz, DVD, posters

Rappels de la composition de la fibre musculaire.

11h30 Présentation des chaînes musculaires.

Notion de statique pelvienne.

12h00

PAUSE REPAS

13H30 Conseils pour débiter les séances de rééducation.

Bilan postural simplifié : notion de respiration périnéale

15H00 Initiation à la proprioception : Atelier pratique

16h30 Comment organiser la 1^o consultation pour une rééducation périnéale à l'aide d'un interrogatoire minutieux et de questionnaires validés.

Comment éviter les risques d'échec d'une rééducation pelvi périnéale.

17h30 Bilan de la journée et remise de documents à lire pour le lendemain.

JOUR 2

9H00 Respiration, présentation et rôle des divers diaphragmes.

Principaux facteurs de risque de la statique pelvienne.

Etude simplifiée du bilan postural et apprentissage de la respiration périnéale.

10h30 à 11h00

Pause –café

11H00 Prise en charge des cicatrices : épisiotomie et césarienne.

S.O.S PERINEE : nouvelles techniques pour gérer la douleur des suites de couches.

Comment faire découvrir aux patientes une perception périnéale ?

12h30 PAUSE

14H00 Comment réaliser l'examen clinique et le toucher vaginal.

Evaluation du Testing périnéal, des béances (vulvaire et fundique).

Dépistage et prise en charge de l'inversion de commande.

16h00 Pause

16h30 les prolapsus génitaux et leur cotation internationale.

Intérêt du toucher rectal en rééducation.

17h30 Bilan de la journée.

JOUR 3

9H00 Physiologie de la miction et présentation des troubles urinaires.

Rappels des réflexes de MAHONY.

Intérêt du catalogue mictionnel.

Notion du terrain acido-basique.

11h00à 11h30

Pause-café

11h30 Troubles anaux rectaux : diagnostic et traitement

12h00 Constipations : solutions

12h30 à 14h00

PAUSE- déjeuner

14H00 Questionnaire complet.

16h00 Comment aborder la sexualité en rééducation ?

16h30 Présentation des diverses méthodes de rééducation périnéale validées scientifiquement.

17h00 Atelier pratique : proposition d'exercices.

17h30 Bilan de la journée.

JOUR 4

8H30 Initiation au BFB et à ESF. Intérêt et précaution d'emploi.

Présentation des sondes et conseils d'utilisation.

10h30 à 11h00 **PAUSE CAFE**

Initiation à la proprioception.

Divers exercices seront proposés pour réduire les muscles du périnée.

12h30 PAUSE

15H00 Compte- rendu de rééducation

Cas cliniques proposés.

Comment mettre en place l'auto rééducation.

16h00 Fin du stage.

Documents :

Législation et Recommandations de H.A.S.

Guide du CNSF **2010 ET 2014** sur la rééducation périnéale.(à télécharger)

L'organisation en cabinet et l'hygiène du matériel.

Questionnaires scientifiquement validés. Echelle de qualité de vie.

Dossier complet de rééducation périnéale.

Livres :

Anatomie simplifiée du périnée féminin : Ch. Fabre-Clergue Ed. SAURAMPS MEDICAL

Respir-Actions : Ph. Campignon Ed. Frison Roche

Anatomie clinique ; KAMINA tome IV

