

IFM

## Quelles techniques manuelles chez la femme enceinte?

Dominique Bonneau  
Service de Gynécologie - Obstétrique (Professeur Pierre Mares)  
CHU Caréméau  
Nîmes

Avec la collaboration de  
Ariane Sicamois et Alexandre Gabinski  
Service de Gynécologie - Obstétrique (Professeur André Bongain)  
CHU L'Archevêque  
Nice

IFMM

## Médecine Manuelle et Grossesse

En préambule:

Les douleurs de la grossesse ne sont pas « normales »,

La médecine manuelle ne se résume pas aux seules manipulations vertébrales, d'autant plus que durant cette période ce n'est pas seulement le rachis qui souffre,

Et ne pas oublier le troisième élément :

Le bébé...

IFMM

## Médecine Manuelle et Grossesse

Les algies du squelette axial:

Dorsalgies

Lombalgies avec et sans radiculalgie

Douleur de la ceinture pelvienne

IFMM

## Médecine Manuelle et Grossesse

Les algies du squelette périphérique:

Syndrome du canal carpien

Syndrome du canal tarsien

## Médecine Manuelle et Grossesse

Distinguer le lombaire du pelvien

Lombaire  
(Lumbar back pain)

Douleur de la ceinture pelvienne  
(Pelvic girdle pain)

*Ostgaard H.C. et al., «Prevalence of back pain in pregnancy »,Spine, 1991.*

*Wu et al., « Pregnancy-related pelvic girdle pain », Eur Spine J, 2004*

IFMM

## Médecine Manuelle et Grossesse

Lombaire

Lombalgie avec ou sans radiculalgie

Examen programmé de Robert Maigne

Douleur de la ceinture pelvienne

Symphysaire

Douleur retro-symphysaire au TV

Test de Trendelenbourg

Sacro-iliaque uni ou bilatéral

Posterior pelvic pain provocation test

Active straight leg raise test

Et les autres...

Menell

Test d'ouverture et de fermeture des sacro-iliaques

Eternel problème de la sensibilité et de la spécificité des tests de l'anneau pelvien

*Albert H.B. et al., « Evaluation of clinical tests used in classification procedure in pregnancy-related pelvic joint pain », Eur Spine J, 2000.*

## Médecine Manuelle et Grossesse

Sacro-iliaque uni ou bilatérale  
Posterior pelvic pain provocation test ( P4 test )



Ostgaard H.C. et al., « The posterior pelvic pain provocation test in pregnant women », *Eur Spine J.*, 1994.

IFMM

## Médecine Manuelle et Grossesse

### Les examens para-cliniques

IRM et Echographie  
Mais aussi Doppler imaging of vibration

Buyruk H.M. et al., « The measurement of sacro-iliac joint stiffness in peripartum pelvic pain patients with doppler imaging of vibration (DIV), *Eur J Obstet Gynecol Reproduct Biol.*, 1999.

IFMM

## Médecine Manuelle et Grossesse

### Contraintes mécaniques et grossesse

Modification de la symphyse pubienne  
Modification de l'amplitude de mobilité des sacro-iliaques  
Peu ou pas de modification de la lordose

Ostgaard H.C. et al., « Influence of some biomechanical factors on low back pain in pregnancy », *Spine*, 1993.

IFMM

## Médecine Manuelle et Grossesse

Les facteurs prédictifs  
des  
dysfonctionnements  
du squelette axial:  
Pente sacrée et version  
pelvienne



IFMM

## Médecine Manuelle et Grossesse

La morphologie du pelvis et les contraintes  
qu'il subit sont liées à la  
version pelvienne



IFMM

## Les techniques Comprendre - Apprendre - Appliquer

Les techniques neuro-musculaires:  
Etirements post-isométriques  
Intérêt du travail quatre faces



IFMM

## Les techniques Comprendre - Apprendre - Appliquer

Les techniques neuro-musculaires  
Le raccourcissement tendino-corporéal :  
Savoir s'adapter aux variations de morphologie



IFMM

## Les techniques Comprendre - Apprendre - Appliquer

Les techniques articulaires  
Règle de la non douleur et du mouvement contraire  
(Robert Maigne)  
Se méfier de l'hyperlaxité  
S'adapter au volume abdominal en jouant sur le triangle thoraco-brachial  
Ne pas s'éterniser sur le latéro-cubitus droit  
Déconseillées dans les atteintes radiculaires avérées et lors du premier trimestre...



IFMM

## Les techniques Comprendre - Apprendre - Appliquer

Les techniques articulaires assistées et non forcées  
Elles sont précédées par un étirement post-isométrique et consistent en des mobilisations impulsives ou maintenues favorisant la translation des surfaces articulaires



IFMM

## Les techniques Comprendre - Apprendre - Appliquer

Les techniques articulaires actives assistées



IFMM

## Les techniques Comprendre - Apprendre - Appliquer

Les techniques articulaires périphériques  
Et les techniques d'auto-rééducation



IFMM

## Les techniques Comprendre - Apprendre - Appliquer

Les techniques cutanées réflexes



## Conclusion

Les techniques manuelles sont d'un intérêt certain durant la grossesse:

- Elles pallient la restriction médicamenteuse
- Elles ne se réduisent pas aux seules manipulations vertébrales
  - Elles nécessitent une adaptation au changement de morphologie et de mobilité du corps féminin
    - Elles imposent douceur et respect
- Elles se doivent d'être connues par le gynécologue-obstétricien
- Elles témoignent d'un partenariat indispensable des différents intervenants durant la grossesse
  - Elles s'intègrent dans des dispositions légales récentes

En vous remerciant de votre  
attention

Et pour en savoir plus

[www.medecinemanuelle.fr](http://www.medecinemanuelle.fr)