



# Perfectionnement en rééducation de la main

« Evaluation et prise en charge de la main et du poignet »

## Programme

MAJ le 29.12.2021

### CONTEXTE DE L'ACTION

À l'issue de cette formation, le professionnel sera en mesure d'avoir une vue d'ensemble sur la rééducation de la main et du poignet.

Il sera capable de mettre en place une stratégie thérapeutique en fonction des principales pathologies rencontrées dans cette spécialité.

Pour ce faire, il apprendra à choisir, adapter et maîtriser les outils de thérapie suivants :

- BDK de la main et du poignet
- Tests cliniques et diagnostics différentiels
- Techniques antalgiques pour la main et le poignet
- Travail de la cicatrice
- Usage du plateau canadien (postures, mobilisations actives et passives)
- Electrostimulation
- Travail de la dextérité
- Renforcement musculaire
- Travail de la proprioception

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

– Connaître notre rôle en tant que rééducateur dans le processus de guérison.

– Dédire du bilan la rééducation adaptée en cohérence avec les dernières données scientifiques et définir le projet thérapeutique avec le patient.

– Connaître les orthèses et les adjuvants en rééducation de la main – Conseiller les patients sur les exercices thérapeutiques d’auto-rééducation.

## LISTE DES PUBLICS CIBLES

*Kinésithérapeutes DE*

## PRÉ-REQUIS

Etre kinésithérapeute DE

## DURÉE DE LA FORMATION ET MODALITÉS D’ORGANISATION

*La durée de la formation : 14 heures,  
Sur 2 journées  
Effectif max : 20 pers*

## CONTENU DE LA FORMATION

### JOUR 1 :

### PROGRAMME DETAILLE DE LA FORMATION :

#### JOUR 1 :

#### **MATIN 9h/12H**

- Accueil, présentation, prise en compte des attentes des stagiaires, difficultés rencontrées dans leur pratique quotidienne
- **Auto-évaluation de la pratique** professionnelle du traitement des pathologies de la main à l’aide d’un auto-questionnaire
- **Décrire le fonctionnement de la rééducation de la main** : Association GEMMSOR, SOS main etc, et connaître les différents acteurs et leurs rôles.
- Rappel des connaissances sur **l’anatomie et la physiologie de la main et du poignet et palpation en parallèle des différents éléments présentés.**

#### **APRES MIDI 13H30/17h30**

- **Description des pathologies, ainsi que leur traitement médical et/ou chirurgical.**

**Et définir nos objectifs en tant que kiné, les différentes contre-indications et protocoles :**

#### **1/ Main**

- Tendons fléchisseurs

- Tendons extenseurs

- Fracture phalanges et métacarpiens
- Lésions capsulo-ligamentaires phalanges et métacarpiens
- Dupuytren
- Doigt à ressort
- Arthrose des doigts et du pouce

### **2/ Poignet :**

- Fracture radius, ulna, os du carpe
- Lésions capsulo-ligamentaires de la RUD et du carpe

### **3/ Autre :**

- SDRC
- Quizz application téléphone sur les différentes contre-indications

## **JOUR 2 :**

### **MATIN 9h/12H**

**THEORIE & PRATIQUE** (présentation power-point + atelier en groupe) ; Objectif 3, 4, 5

- Tour de table : questions, incompréhension jour 1 ?
- **Réalisation d'un bilan diagnostic** kinésithérapique :
  - Anamnèse
  - Évaluation intensité douleur et type de douleur
  - Évaluation cutanée-trophiques
  - Évaluation amplitudes
  - Évaluation force
  - Évaluation fonctionnelle
- **Examen clinique** du poignet et des doigts

### **APRES MIDI 13h30/17h30**

**THEORIE & PRATIQUE** (présentation power-point + atelier en groupe) ; Objectif 3, 4, 5

- **Présentation de différentes techniques et moyens utilisés** en rééducation de la main :
  - Utilisation des plateaux canadiens

- Utilisation de l'électrostimulation
- Techniques antalgiques (chaud, froid, TENS, vibrations)
- Travail de la cicatrice (massage, vacuothérapie)
- Outils de renforcement musculaire (bras musculation, élastiques, haltères)
- Outils de proprioception (flexbar, fléchettes)
- Utilisation du miroir
- Outils de rééducation à la sensibilité (particules, préhension billes, cailloux , etc...)
- Utilisation bandage coheban
- **Mise en situation pratique pour chaque pathologie avec tirage au sort de cas clinique**, présenté par chaque binôme, et approuvé ou corrigé et complété par la formatrice.
- **Mise au point en éducation thérapeutique et auto-rééducation**
- **Synthèse, QCM, administratif**

## **MOYENS ET MÉTHODES PÉDAGOGIQUES**

- Remise d'un pré-questionnaire à remplir par les stagiaires en début de session, collecté par l'organisme de formation permettant d'évaluer les connaissances et compétences concernant le thème de la formation
- Méthodes affirmatives : le formateur transmet son savoir au travers d'un diaporama sous forme de cours magistral et d'échanges, pendant 7 heures, selon les points du programme indiqués ci-dessus.
- Méthodes interrogatives et actives : mise en pratique et échanges avec les stagiaires, pendant 7h, selon les points du programme indiqués ci-dessus.
- Remise d'un post-questionnaire (idem au pré questionnaire) à remplir par les stagiaires en fin de session, collecté par l'organisme de formation permettant d'évaluer les connaissances et compétences acquises sur le thème de la formation
- Remise d'un questionnaire d'évaluation de la formation, en fin de session, collecté par l'organisme de formation permettant d'évaluer le degré de satisfaction des stagiaires et les points à améliorer.

## **PROFIL DU (DES) FORMATEUR(S)**

***Tessadit AISSAOUI, Kinésithérapeute DE***

## MOYENS TECHNIQUES

Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation (accès handicapé).

Plateau technique adapté à la formation : tables d'examen cliniques, pièces anatomiques, instruments de mesure, matériels nécessaires à la réalisation de la formation.

Documents supports de formation projetés (Diaporama).

Support de cours remis en version papier à chaque participant.

Exposés théoriques.

Mise en situation : démonstration par l'intervenant, pratique en binôme encadrée et évaluée par l'intervenant.

Etude de cas concrets : Échange avec les stagiaires sur les examens cliniques, les propositions thérapeutiques, l'adéquation entre pathologies, dysfonctions et traitements et l'évaluation des traitements.

Mise en commun des problématiques rencontrées en cabinet et des actions d'amélioration.

Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Remise du même questionnaire sur le contenu de la formation (en pré questionnaire en début de session et en post questionnaire en fin de session) collectés par l'organisme de formation à l'issue de la journée permettant de voir les connaissances et compétences acquises.
- Remise d'une grille d'évaluation « à chaud », en fin de formation, concernant l'appréciation de l'organisation et du contenu de la formation.
- Une grille d'évaluation « à froid », sera adressée, à distance de la formation, pour connaître l'impact apporté par cette formation dans la pratique du métier du stagiaire formé.
- **Attestation de fin de formation, avec évaluation des acquis de la formation par rapport aux objectifs**