

En coopération avec la SAMM, l'IMTT propose

## Thérapie des trigger points myofasciaux Cours A1

- Thème du cours :** introduction à la thérapie des trigger points myofasciaux et au Dry Needling
- Objectifs du cours :** les participants apprennent à différencier les douleurs provoquées par le myofascial et les troubles fonctionnels du système locomoteur des autres causes de problèmes neuro-musculo-squelettiques et à poser un diagnostic différentiel. Ils connaissent les causes des modifications physiopathologiques des structures myofasciales et peuvent traiter celles-ci de manière ciblée et adéquate (dans les zones des épaules, de la nuque, du tronc) à l'aide de techniques manuelles et du Dry Needling.
- Contenu du cours :**
- Théorie:** Le concept du trigger point
- Explication des termes : trigger point (TrP), trigger point myofascial (m TrP), Referred Pain, TrPs latents/actifs, TrPs primaires, TrPs secondaires, TrPs satellites, syndrome de douleur myofasciale primaire/secondaire
  - Modèles cliniques de l'activité trigger point des muscles des épaules, de la nuque, du tronc et des fessiers
  - Critères de diagnostic, fiabilité inter-testeur, prévalence des mTrPs
  - Physiopathologie mTrPs
  - Étiologie : mécanismes de déclenchement et d'activation
  - Indications/contre-indications
  - Diagnostics différentiels
  - Raisonnement clinique/stratégies de traitement
- Pratique:** Méthodes d'examen (screening-tests, palpation)  
Techniques de traitement manuel et Dry Needling  
(musculature des épaules, de la nuque, du tronc et des fessiers)
- Direction du cours :** Bernard Grosjean, physiothérapeute, senior instructeur IMTT, Winterthour  
Dr Vincent Amstutz, médecine int générale FMH, SAMM, IMTT, Lausanne, Le Landeron
- Public :** Médecins suisses et étrangers (adhésion à la SAMM ou IMTT non obligatoire)
- Lieu :** Centre Loewenberg, Morat
- Date du cours :** Jeudi 28 juin à dimanche 1<sup>er</sup> juillet 2018
- Tarifs :** CHF 1740.- inclus repas midi et pauses boissons (sous réserve d'adaptation du tarif)  
CHF 2055.- inclus nuitée, pension complète (chambre individuelle ; sous réserve d'adaptation du tarif)
- Crédits :** Durée complète de la formation: 27 heures
- Inscription :** SAMM, Kolumbanstrasse 2, 9008 Saint-Gall  
e-mail : [info@samm.ch](mailto:info@samm.ch) T: 071 246 51 00 F : 071 246 51 01,
- Annulation :** 50% du tarif si annulation 30 jours avant le début du cours ; 80% du tarif 12 jours avant le début du cours ; 100% du tarif 6 jours avant le début du cours

Je m'inscris au cours « Thérapie trigger point A 1 » du 28.06 au 1.07.18 :

- avec nuitée/restauration CHF 2055.- (sous réserve d'adaptation du tarif)  
 sans nuitée CHF 1740.-

**Nom/prénom :**

**Rue :**

**NPA/lieu :**

**E-mail :**

**Téléphone :**

**Signature :**

## La douleur myofasciale

Les douleurs et les troubles fonctionnels du système locomoteur peuvent avoir différentes causes.

La musculature en tant que première cause de douleur et de limitations fonctionnelles a longtemps été négligée. Aux USA, Janet Travell et David Simons ont principalement placé la musculature au centre de leur travail scientifique : elle a en effet une énorme influence sur les troubles de l'organe locomoteur et peut provoquer à la fois des douleurs aiguës et chroniques. Travell et Simons montrent que les « trigger points myofasciaux » qu'ils ont décrits sont très souvent un facteur pathologique de première importance responsable des douleurs et des limitations fonctionnelles du système neuro-musculo-squelettique.

Après une surcharge ou une distension traumatique, le muscle présente souvent des zones caractérisées par une hypoxie. La déficience en oxygène peut empêcher la séparation des filaments d'actine et de myosine dans certaines zones (Rigor complex). Ces zones dysfonctionnelles du muscle sont palpables (trigger points) : une pression provoque une douleur qui se propage souvent dans d'autres régions du corps (Referred Pain). Mais en plus de la douleur, les trigger points peuvent également causer des paresthésies, des faiblesses musculaires sans atrophie primaire, une limitation des mouvements, des troubles proprioceptifs avec dégradation de la coordination et des réactions végétatives autonomes.

La somme de tous les symptômes déclenchés par les trigger points actifs est désignée par le terme de « syndrome myofascial » (MFS).

Une thérapie appropriée permet généralement de guérir totalement cette pathologie musculaire, et ce même après plusieurs années.

## Thérapie des trigger points

La thérapie manuelle trigger point transforme les découvertes de Travell et Simons en une méthode thérapeutique manuelle.

Les patients souffrant de douleurs chroniques présentant souvent une modification et un raccourcissement des tissus conjonctifs, Beat Dejung a perfectionné le concept de traitement des trigger points. Il commença à employer des techniques manuelles pour traiter les trigger points mais aussi les tissus conjonctifs. Aujourd'hui, notre concept de traitement se compose d'un programme (Swiss approach) systématiquement ordonné en 6 étapes : quatre techniques manuelles complétées par des mesures de détente/étirement et un renforcement fonctionnel de la musculature.

Le traitement avec des aiguilles d'acupuncture des trigger points myofasciaux appelé « Dry Needling » peut apporter un complément appréciable aux techniques manuelles.

**Les trigger points :**  
une cause souvent négligée de douleurs aiguës et chroniques