

## Intervenant

### Alexandre GUEDJ

MKDE, DIU médecine manuelle et ostéopathie,  
CEC kinésithérapie du sport, kinésithérapeute  
de l'équipe de France de ski nautique.

**Public :** kinésithérapeutes

**Durée :** 2 jours, soit 14 heures

**Horaires :** de 9h00 à 18h00

## Résumé

L'épicondylalgie latérale ou douleur latérale du coude est une pathologie chronique et réputée difficile à traiter. Elle concerne 3% de la population générale mais peut aller jusqu'à 15% chez le travailleur manuel répétitif. La physiopathologie est multi-factorielle et complexe et peut impliquer des dysfonctionnements articulaires, neuro-musculaires et tendineux. La place de la rééducation est centrale et a montré sa supériorité par rapport au « wait-and-see » (pas de traitement) et aux infiltrations de cortisone (BISSET et al., 2006).

La finalité de cet enseignement est de donner aux stagiaires toutes les armes pour comprendre, traiter et suivre cette pathologie complexe, en se basant sur les dernières recommandations et études scientifiques.

Les diagnostics différentiels de l'épicondylalgie latérale (syndrome du canal radial, etc..) ainsi que les autres douleurs du coude (épicondylalgie médiale, nerf ulnaire etc..) seront abordés en détail, afin que le stagiaire puisse prendre en charge de manière optimale les pathologies du coude.



## Programme

### 1er jour

#### Matin

- Anatomie
- Pathologies/Epidémiologie
- Physiopathologie de l'épicondylalgie

#### Après-midi

- Examen physique
- Pratique de l'examen (mobilité physiologique et accessoire du coude et du rachis, neurodynamique nerf radial)
- Diagnostics différentiels et autres douleurs du coude
- Rééducation (exercices)

### 2ème jour

#### Matin

- Thérapie manuelle : MWM (« Mobilization with movement », B. Mulligan) du coude
- Etude Bisset et al., 2006 : MWM + exercices vs wait-and-see vs cortisone
- MWMs et autres mobilisations du coude et poignet

#### Après-midi

- Mobilisations cervico-thoraciques
- Mobilisations neurodynamiques
- Traitement myo-fascial
- Taping
- Education thérapeutique
- Elaboration d'un plan de traitement

**Niveau de connaissances :** acquisition

## Objectifs :

A l'issue de la formation, le stagiaire sera en capacité d'évaluer, de prendre en charge et de contrôler le suivi des patients atteints d'épicondylalgie latérale.

Cette formation lui permettra de :

- comprendre la physiopathologie complexe de l'épicondylalgie latérale
- savoir établir un bilan précis afin d'optimiser la prise en charge et le suivi de la pathologie
- établir un protocole de rééducation combinant la thérapie manuelle, les exercices de rééducation et l'éducation thérapeutique basé sur les dernières recherches scientifiques
- prendre connaissance des dernières études scientifiques sur le sujet afin de mieux appréhender cette pathologie chronique
- savoir s'orienter vers un diagnostic différentiel de l'épicondylalgie latérale et savoir diagnostiquer et prendre en charge les autres douleurs du coude.

**Moyens pédagogiques et techniques :** support théorique - travaux pratiques – cas clinique

*Un support de formation est remis à chaque stagiaire. La pédagogie est active et participative, alternant des apports théoriques et des phases de mise en pratique. L'évaluation de la progression des stagiaires est réalisée tout au long de la formation, au travers des échanges et par le biais d'exercices de synthèses individuels ou de groupe.*

**Modalités d'évaluation :** pré-test, post-test, évaluation à distance.

**Certificat :** attestation de participation délivrée en fin de stage

Contact en charge des relations avec les stagiaires : Justine FRÉNEAU  
Secrétariat de Fc Santé : 05 56 51 80 88  
accueil@fcsante.org