



B.a-ba de la rééducation périnéale

B.A.-BA de la rééducation périnéale

1. Prérequis de la formation & condition d'admissions

Aucun prérequis.

Condition d'admission : diplôme de médecin, masseur - kinésithérapeute, sage-femme

2. Public concerné par la formation

Médecin, sage-femme, masseur - kinésithérapeute

3. Objectifs de la formation en quelques mots

L'objectif est d'aborder la rééducation périnéale en respectant les recommandations de l'Haute Autorité de Santé et du Collège National des Gynécos Obstétriciens Français. Mais aussi d'obtenir les bases indispensables pour proposer une rééducation abdo pelvi périnéale de manière globale, posturale et périnéale.

4. Lieu de la formation

6 boulevard bourre, 13008 Marseille (correspondant aux exigences ministérielle pour accueillir les personnes à mobilité réduite).

5. Moyens pédagogiques et techniques mis en œuvre

Le stage se déroule en alternance théorie / pratique.

Supports Powerpoint, supports vidéo, ateliers pratiques, apprentissage de l'examen clinique sur mannequins en silicone en petit groupe.

Dossier de rééducation périnéale remis à chaque participante.

6. Type d'évaluation pratiquée par l'organisme de formation

Questionnaire d'évaluation des connaissances à chaque fin de journée.

Questionnaire d'évaluation en début et fin de stage. Questionnaire de satisfaction à la fin de la formation / évaluation de la satisfaction des stagiaires à chaque fin de journée. Echanges post stage.

7. Informations supplémentaires

Formation prévue pour 14 stagiaires. Tenue confortable conseillée pour les ateliers. Aucun TV n'est envisageable.

Programme par jour : 7h x4 = 28 heures

PERINEFORM Chantal Fabre-Clergue, sage-femme / chargée de formation

chantal.fabreclergue@gmail.com 06.13.41.65.91

Organisme de formation / 6 bd Bourre -13008 Marseille

N° déclaration d'activité 93131309213 /SIRET 440 734 580 00010

B.a-ba de la rééducation périnéale

15 minutes de pause sont prévues tous les matins et les après-midis.

JOUR 1

8h30

Accueil des participants, présentation du parcours professionnel de la formatrice, du programme et des objectifs

9h00

Questionnaire d'évaluation des connaissances (cf. Révisions d'anatomie envoyées un mois avant la formation).

Rappels des recommandations du CNGOF et de H.A.S.2002.

Rappels élémentaires de la composition des muscles.

Révisions de l'anatomie des muscles périnéaux.

Quels sont les risques d'échec d'une rééducation périnéale mal conduite ?

Echanges interactifs avec les stagiaires pour établir une liste et découvrir les solutions possibles pour remédier au découragement des patientes, les faire adhérer au programme rééducatif proposé et adapté à chaque femme, rester soi-même motivé et apprendre à travailler en réseau.

12h30-14h00: Pause déjeuner

14h00

Comment organiser le déroulement de la première consultation :

« Écoute attentive et observation de la patiente »

Quels sont les facteurs de risque des troubles de la statique pelvienne ?

Ces troubles très fréquents nécessitent une prise en charge médicale et rééducative pour améliorer leur qualité de vie et éviter un handicap pelvien.

Rappel de la physiologie de la respiration :

- Révisions des différents modes respiratoires.
- Apprentissage d'exercices ludiques de respiration en diverses situation.
- Prise de conscience des efforts de poussée délétères sur le périnée.

Atelier :

Apprentissage du bilan postural simplifié pour faciliter une prise en charge globale des patientes.

Harmonisation des diaphragmes laryngé, thoracique et périnéal.

Quizz sous forme de QCM d'évaluation sur les notions abordées au jour 1

17h30 Évaluation de la satisfaction / fin de journée

B.a-ba de la rééducation périnéale

JOUR 2

8h30

Physiologie de la miction et rappels des réflexes de MAHONY.
Définition des troubles urinaires et différentes prises en charge
Intérêt du catalogue mictionnel ; intérêt et limites.

Physiologie de la défécation :

- Importance du calendrier défécatoire : comment faire adhérer les patientes à le remplir, les aider à interpréter les réponses et proposer des solutions pour corriger.
- Comment utiliser les questionnaires validés concernant les problèmes de constipation à remettre aux patientes
- Conseils hygiéno-diététiques de base à rappeler
- Le microbiote et ses déséquilibres.

12h30-14h00: Pause déjeuner

14h00

Les différentes constipations : définition et prises en charge.
Comment la constipation peut-elle entraîner une incontinence anale ?

Troubles Anorectaux : diagnostic et traitement

L'incontinence anale est un problème de santé publique, et un sujet difficilement abordé spontanément par les femmes, et donc tabou.

Le questionnaire détaillé est indispensable pour aider à la rééducation ainsi que l'utilisation de questionnaires scientifiquement adaptés comme les questionnaires de KESS, Jorge et Wexner, Pescarini et l'échelle de Bristol.

Présentation des diverses explorations envisageables pour dépister les problèmes anorectaux.

Intérêt des examens complémentaires avant de démarrer une rééducation périnéale.

Liste complète des laxatifs remise lors du stage et mise à jour régulièrement.

Atelier : l'examen clinique du plan profond de la sangle périnéale sur mannequins en silicone.

Quizz des connaissances sur les troubles anorectaux sous forme de QCM.

17h30 Évaluation de la satisfaction / fin de journée

B.a-ba de la rééducation périnéale

JOUR 3

08h30

1. Présentation et définition des prolapsus génitaux.
Cotations internationales des prolapsus présentées.

2. EXAMEN CLINIQUE

- Testing périnéal
- Exploration et dépistage des prolapsus génitaux
- Dépister une Dysnergie abdo pelvipérinéale et comment faire prendre conscience à la patiente qu'elle est en inversion de commande ?
- Test du mode respiratoire et des efforts de poussée lors de l'examen

Intérêts des pessaires :

Définition et présentation des pessaires

Rappel des recommandations du CNGOF quant à leur utilisation.

Tableau récapitulatif pour aider à choisir et à conseiller nos patientes.

12h30-14h00: Pause déjeuner

14h00

3. Conseils pour démarrer la rééducation :

- Installation de la patiente
- Hygiène du cabinet
- Utilisation et désinfection du matériel
- Attitude respectueuse du rééducateur.

Installer rapidement une auto-rééducation à domicile et potentialiser le travail acquis en cabinet.

4. Questionnaires à remettre à la patiente : mictionnel, défécatoire et des habitudes alimentaires, familiales, sportives etc.

5. Proposition de plusieurs cas cliniques à résoudre ensemble pour échanger nos avis et définir une conduite à tenir :

- Présentation du cas clinique
- Diverses possibilités de prise en charge à choisir
- Fiche établie pour chaque cas

Atelier : Testing périnéal : mode d'emploi avec apprentissage sur divers mannequins en silicone.

Quiz des connaissances sur les connaissances théoriques abordées au jour 3.

17h30 Évaluation de la satisfaction / fin de journée.

PERINEFORM Chantal Fabre-Clergue, sage-femme / chargée de formation

chantal.fabreclergue@gmail.com 06.13.41.65.91

Organisme de formation / 6 bd Bourre -13008 Marseille

N° déclaration d'activité 93131309213 /SIRET 440 734 580 00010

B.a-ba de la rééducation périnéale

JOUR 4

8h30

Dossier complet pour la consultation de rééducation périnéale remis à chaque stagiaire. Présentation des questionnaires validés

Atelier interactif :

Suggestion pour la répartition des séances de rééducation
Comment rendre les séances de rééducation périnéale attractives et éviter les absences injustifiées ?
Comment faciliter l'adhésion de la patiente ?

12h30-14h00 : Pause déjeuner

14h00

Présentation des diverses méthodes de rééducation scientifiquement validées et les autres : intérêts et limites
Présentation des diverses possibilités de rééducation : comment choisir une sonde de rééducation à domicile ou autre nouvelle méthode ?

Intérêts du biofeedback BFB : définition et applications fréquentes
Techniques de rééducation validées par H.A.S
Comment aborder les troubles de la sexualité en RP ?

Intérêts de l'électrostimulation l'ESF :

- Recommandations
- Indications et Contre-indications

Mode d'emploi d'une séance type en physiothérapie
Installation de la patiente, Choix possible des sondes et des lubrifiants.

Conclusion :

- Développer l'importance du travail en réseau
- Établir passeport périnéal de la patiente
- Proposer un compte-rendu des séances de rééducation à chaque patiente

17h30 EVALUATION DU STAGE / fin de formation