

Table des matières

Avant-propos.....	VII	Dilacération musculaire.....	21
Équivalence ancienne / nouvelle nomenclature anatomique.....	XIII	Hernie musculaire.....	21
Abréviations.....	XXV	VI. Les entorses.....	22
1. Généralités sur le traitement ostéopathique des sportifs.....	1	VII. Principes de traitement.....	23
I. L'ostéopathe et le sportif.....	3	Classification des lésions	
II. Protocole de tests.....	5	myoaponévrotiques.....	23
2. Pathologies sportives.....	7	Protocole de traitement.....	23
I. Physiopathologie des tendinopathies.....	9	3. La course et ses principales pathologies.....	25
Les tendons.....	9	I. La course.....	27
Physiopathologie.....	9	Introduction.....	27
Facteurs favorisants.....	10	Les coureurs.....	27
II. Les tendinites.....	15	Course et pathologies préférentielles.....	27
Définition.....	15	Survenue des accidents.....	28
Signes cliniques.....	15	II. Imagerie médicale.....	31
Siège.....	15	4. Les principales pathologies sportives du membre inférieur, du pelvis et du rachis lombaire.....	33
Causes des tendinites.....	15	I. Le pied et la cheville.....	35
Évolution.....	16	Périostites tibiales.....	35
III. Atteintes musculaires d'origine intrinsèque sans lésion anatomique.....	17	Syndrome de la loge antérieure de la jambe.....	35
Crampes.....	17	Syndrome de la loge latérale (péronière) de la jambe.....	36
Courbatures.....	18	La tendinite du tendon calcanéen (Achille).....	37
Contractures.....	18	<i>Tennis leg</i>	38
IV. Atteintes musculaires d'origine intrinsèque avec lésion anatomique.....	19	Les bursites.....	40
Élongation.....	19	La fasciite plantaire ou syndrome de l'épine calcanéenne.....	41
Déchirure.....	19	Les entorses de cheville.....	41
Rupture.....	19	II. Le genou.....	43
Désinsertion musculaire.....	19	Les gonalgies médiales.....	43
V. Atteintes musculaires d'origine extrinsèque avec lésion anatomique.....	21	Les gonalgies postérieures.....	43
Contusion musculaire.....	21	Les gonalgies latérales.....	43
Hématome.....	21	Les gonalgies antérieures.....	44
		Les principales pathologies locales du genou.....	44

III. Douleurs référées musculaires sur le membre inférieur	49	Le compartiment médial.....	83
IV. Le pelvis	50	Le compartiment dorsal.....	84
Bursite du grand trochanter.....	50	Le compartiment palmaire.....	84
Tendinopathie ischiatique.....	50	Les doigts.....	85
Lésion des muscles postérieurs de la cuisse.....	51	Traitement ostéopathique du poignet et de la main.....	85
Lombosciatalgies.....	52	VI. Douleurs référées musculaires sur le membre supérieur	86
Les saillies discales.....	62	VII. Les névralgies cervicobrachiales (NCB)	90
Syndrome du piriforme.....	63	Origine mécanique due à une neuropathie d'emprisonnement.....	90
Pubalgie et tendinopathie des adducteurs.....	64	Origine mécanique due à une hypermobilité compensatrice.....	90
5. Les principales pathologies sportives du membre supérieur et du rachis cervicothoracique	67	Traitement ostéopathique des NCB.....	91
I. Cervicodorsalgies d'origine mécanique	69	6. Sports et pathologies	93
Cervicodorsalgies d'origine mécanique locale.....	69	I. Athlétisme	95
Cervicodorsalgies d'origine mécanique à distance.....	70	Introduction.....	95
II. Cervicodorsalgies d'origine musculaire	73	Mécanismes lésionnels.....	95
III. La ceinture scapulaire	74	Principales pathologies rencontrées en athlétisme.....	98
Les tendinites de la coiffe des rotateurs.....	75	II. Basket et handball	99
Les tendinites bicipitales.....	75	III. Cyclisme	100
Bursite subacromiodeltoïdienne.....	76	IV. Équitation	101
Syndrome du labrum glénoïdal.....	76	V. Football	102
Entorse acromioclaviculaire.....	76	Introduction.....	102
Pseudotendinite de la tubérosité deltoïdienne (épaule douloureuse mécanique).....	77	Mécanismes lésionnels.....	102
Les dysfonctions articulaires locales.....	78	Principales pathologies.....	103
Traitement ostéopathique de la ceinture scapulaire.....	79	VI. Gymnastique	104
IV. Le coude	80	VII. Golf	105
Le compartiment latéral.....	80	Introduction.....	105
Le compartiment médial.....	80	Mécanismes lésionnels.....	105
Le compartiment postérieur.....	81	Principales pathologies.....	106
Le compartiment antérieur.....	81	VIII. Judo – Sports de combat	107
Traitement ostéopathique du coude.....	82	IX. Fitness et musculation	108
V. Le poignet et la main	83	Introduction.....	108
Le compartiment latéral.....	83	Mécanismes lésionnels.....	108
		Principales pathologies.....	109
		X. Natation	110
		Introduction.....	110

Mécanismes lésionnels.....	110	Technique de correction pour une dysfonction d'ilium : technique <i>up-slip</i>	140
Principales pathologies.....	111	Technique de correction pour une dysfonction du pubis : technique <i>shot gun</i>	140
XI. Rugby	112	Technique de correction d'une dysfonction du coccyx.....	141
XII. Ski et sports de glisse	113	VI. Thoraciques	142
XIII. Sports mécaniques	114	Technique de correction en compression de poitrine : <i>dog technique</i>	142
XIV. Tennis	115	Normalisation d'une dysfonction de la charnière cervicothoracique.....	146
XV. Volley-ball	116	VII. Cervicales	149
7. Vade-mecum	119	Normalisation d'une dysfonction en ERS de C2 à C7.....	149
I. Normalisation générale ostéopathique (NGO)	121	Normalisation d'une dysfonction en FRS de C2 à C7.....	149
II. Pied et cheville	122	Normalisation d'une dysfonction en latéralité de C2 à C7.....	150
Normalisation de la dysfonction antéro-externe du talus.....	122	Normalisation d'une dysfonction de C1 en latéralité.....	151
Décompression tibiotarsienne (piston) pour pompage de l'œdème.....	122	Normalisation d'une dysfonction de l'occipital en postériorité unilatérale.....	151
Normalisation du couple cuboïdonaviculaire.....	122	Normalisation d'une dysfonction de l'occipital en antériorité unilatérale.....	152
Normalisation de la dysfonction de la sous-talienne en varus.....	124	VIII. Crâne	153
Normalisation de la dysfonction du tibia antérieur.....	124	Désimpaction intrabuccale de la symphyse sphénobasilaire (SSB).....	153
Normalisation de la dysfonction postérieure de la tibiofibulaire proximale.....	124	Normalisation des membranes de tension réciproque (MTR).....	153
Défibrosage du ligament collatéral latéral de la cheville et réorientation des fibres ligamentaires.....	126	Roulement alternatif des temporaux.....	155
Normalisation du premier rayon du pied.....	127	Normalisation de l'os hyoïde.....	156
Manœuvre articulaire globale en « 8 » ou en godille de la cheville et du pied.....	127	IX. Épaule	157
III. Genou	129	Traitement de la clavicule.....	157
Traitement du ménisque médial.....	129	Traitement de l'articulation glénohumérale.....	159
Traitement du ménisque latéral.....	130	X. Membre supérieur	161
IV. L'articulation coxofémorale	132	Technique de normalisation pour une dysfonction en abduction de l'articulation huméro-ulnaire.....	161
Technique de pompage et de décoaptation dans l'axe du col fémoral.....	132	Technique de normalisation pour une dysfonction en antériorité de la tête radiale.....	161
Technique de décompression dans l'axe du fût fémoral.....	132	Technique de correction d'une dysfonction en flexion de l'articulation radiocarpienne.....	162
Technique de décompression et pompage dans l'axe du col fémoral.....	133		
V. Pelvis - lombaires	134		
Normalisation en <i>lumbaroll</i> (semi-directe).....	134		

Technique de correction d'une dysfonction en extension de l'articulation médiocarpienne.....	163	Traitement de l'avant-bras.....	187
Technique de correction d'une dysfonction en glissement postérieur et en translation externe de l'articulation trapézo-métacarpienne.....	163	Étirement des muscles thénariens.....	189
XI. Normalisation musculaire.....	165	XII. Action ligamentaire.....	190
Rappels physiologiques.....	165	Normalisation des ligaments du pelvis par la technique de Cathie.....	190
Les techniques neuromusculaires.....	167	Normalisation du ligament sacrotubéral en latérocubitus.....	191
Techniques d'étirement musculaire.....	167	Normalisation du ligament sacrotubéral par voie intrarectale.....	191
Le <i>stretching</i> dynamique.....	168	Normalisation des ligaments du pelvis par l'intermédiaire du muscle grand fessier (technique de Mitchell).....	191
Renforcement musculaire.....	168	Défibrosage du fascia glutéal et technique neuroméningée des nerfs cluniaux (dermalgies fessières).....	192
Traitement de la loge postérieure de la jambe.....	169	Étirement rythmique des ligaments du pelvis et des adducteurs.....	193
Traitement de la loge latérale de la jambe.....	171	Traitement de la membrane interosseuse de la jambe.....	194
Traitement de la loge antérieure de la jambe.....	171	Traitement des fascias antérieurs du membre supérieur.....	194
Traitement du muscle poplité.....	172	Traitement de la membrane interosseuse de l'avant-bras.....	194
Traitement du muscle quadriceps fémoral.....	173	Technique d'étirement des ligaments conoïde et trapézoïde de la clavicule et du muscle subclavier.....	195
Traitement du tractus iliotibial et du muscle tenseur du fascia lata (TFL).....	174	Technique d'étirement des ligaments conoïde et trapézoïde en compression de clavicule.....	196
Technique d'équilibration du tonus des muscles abdominaux et des muscles ischiotibiaux.....	174	Technique d'étirement des muscles sous-occipitaux et du ligament cruciforme.....	197
Traitement de la chaîne postérieure de flexion du membre inférieur.....	176	Technique d'étirement des muscles spinaux et du ligament nuchal.....	197
Technique d'inhibition du muscle psoas.....	177	XIII. Relance générale.....	198
Technique d'inhibition du muscle piriforme.....	177	Équilibration des quatre diaphragmes.....	198
Technique d'étirement des muscles petit et moyen fessiers.....	178	Compression du IV ^e ventricule.....	200
Technique d'inhibition des muscles pelvitrochantériens.....	178	Traitement ostéopatique général (TOG).....	201
Technique neuromusculaire pour les muscles paravertébraux.....	179	Annexes.....	205
Techniques d'étirement musculaire pour le rachis cervicothoracique et la ceinture scapulaire.....	180	Bibliographie.....	207
Technique d'inhibition des muscles sous-occipitaux.....	183	Index.....	209
Traitement de l'épaule.....	183		
Traitement de la chaîne de flexion et pronation du membre supérieur.....	187		