

<b>Préface</b> .....	IX
<b>ÉPAULE</b> .....	1
<b>ÉPAULE TENDINEUSE</b> .....	1
<b>Pathomécanique</b> .....	1
Notion d'interdépendance omo-claviculaire et omo-humérale (1).	
Notion d'interdépendance tronc et complexe de l'épaule (3). Notion de cônes de mobilité et de stabilité (3). Incidences pathomécaniques (7).	
Pathomécanique des épaules conflictuelles (7).	
<b>Pathologie</b> .....	13
<b>Rééducation des épaules conflictuelles non opérées</b> .....	20
Objectifs (20). Principes (20). Techniques (23).	
<b>Rééducation des ruptures de coiffe opérées</b> .....	41
Généralités (41). Rééducation d'une rupture du sus-épineux traitée par grande libération antérieure et réinsertion (43).	
<b>ÉPAULE INSTABLE</b> .....	59
<b>Pathomécanique</b> .....	59
Instabilité de l'unité omo-humérale en position spontanée (59).	
<b>Physiopathologie du lancer</b> .....	61
Geste du lancer (61). La stabilité de l'unité omo-humérale au cours du lancer (64).	
<b>Pathologie</b> .....	68
Instabilités d'origine traumatique (68). Luxations gléno-humérales (68). Les différentes variétés de luxations (68). Les complications immédiates (68).	
<b>Les instabilités d'origine microtraumatique</b> .....	69
Les épaules douloureuses et instables (EDI) (69).	
<b>Traitement des épaules instables non opérées</b> .....	70
Protocole général du traitement (70). Conduite à tenir sur le terrain devant une luxation gléno-humérale (70). Rééducation des épaules instables non opérées (71).	
<b>Rééducation des épaules instables traitées par butée pré-glénoïdienne</b> .....	80
Objectifs (80). Principes (82). Rééducation phase I (83). Rééducation phase II (85). Rééducation phase III (86).	
<b>ÉPAULE TRAUMATIQUE</b> .....	89
<b>Pathologies traumatiques et place de la kinésithérapie</b> .....	89
Fractures de l'extrémité supérieure de l'humérus (89). Fractures de l'omoplate (90). Les autres traumatismes de l'épaule (91).	

<b>Les contentions de l'épaule traumatique du sportif</b> .....	93
<b>ÉPAULE CLAVICULAIRE</b> .....	100
<b>Biomécanique de l'unité omo-claviculaire</b> .....	100
L'unité omo-claviculaire (100). Position spontanée de l'unité omo-claviculaire (101). Stabilité de l'unité omo-claviculaire (102). Mobilité de l'unité omo-claviculaire (104).	
<b>Pathologie</b> .....	104
Pathologies microtraumatiques de l'unité omo-claviculaire (104). Pathologies traumatiques affectant l'unité omo-claviculaire (105).	
<b>Rééducation des entorses acromio-claviculaires récentes</b> .....	106
Généralités (106). Techniques (110).	
<b>Rééducation des fractures de la clavicule</b> .....	127
Pathologie et place de la rééducation (127). Rééducation après fracture de la clavicule traitée orthopédiquement (128). Rééducation. Phase I : avant consolidation (avant J30) (128). Rééducation. Phase II : après consolidation (après J30) (130).	
<b>Rééducation des arthropathies acromio-claviculaires et sterno-costo-claviculaires</b> .....	133
Objectifs de la rééducation (133). Principes de la rééducation (133). Techniques (133).	
<b>ÉPAULE NEUROLOGIQUE MICROTRAUMATIQUE</b> .....	135
<b>Pathomécanique des atteintes</b> .....	136
<b>Pathologie</b> .....	136
<b>Rééducation des épaules neurologiques microtraumatiques</b> .....	136
Physiothérapie (140). Techniques manuelles (143). Techniques actives et neuro-musculaires (143).	
<b>COUDE</b> .....	145
<b>PATHOMÉCANIQUE</b> .....	145
<b>Généralités</b> .....	145
Le complexe ostéo-articulaire du coude (145). Le complexe musculaire du coude (145).	
<b>Coude d'appui</b> .....	146
Biomécanique (146). Pathomécanique (148).	
<b>Coude de force</b> .....	149
Biomécanique (149). Pathomécanique (149).	
<b>Coude de vitesse</b> .....	150
Biomécanique (150). Pathomécanique (152).	
<b>Coude de finesse</b> .....	153
<b>Conclusion</b> .....	154
<b>PATHOLOGIES MICROTRAUMATIQUES</b> .....	156
<b>Pathologies microtraumatiques du coude et place de la rééducation</b> .....	156
<b>Rééducation des épicondylalgies</b> .....	158
Mécanismes étiopathogéniques de cette affection (158). Protocole général de traitement (160). Techniques (162).	

<b>PATHOLOGIES TRAUMATIQUES</b> .....	186
<b>Pathologies traumatiques et place de la rééducation</b> .....	186
<b>Rééducation des pathologies traumatiques du coude</b> .....	186
Principes généraux du traitement rééducatif (186). Rééducation phase I (189). Rééducation phase II (192). Rééducation phase III (195).	
<b>Rééducation des raideurs du coude</b> .....	198
Bilan des raideurs du coude (198). Rééducation des raideurs du coude (199). Traitement chirurgical des raideurs du coude (207).	
<b>POIGNET - MAIN</b> .....	209
<b>PATHOLOGIES MICROTRAUMATIQUES DU POIGNET ET DE LA MAIN</b> .....	209
<b>Pathologies microtraumatiques et place de la rééducation</b> ....	209
<b>Techniques</b> .....	213
Contention de protection interdigitale (contention du motard) (213). Contention de protection des articulations MP (contention du boxeur) (214). Orthèse de repos pour une ténosynovite de De Quervain (215). Contention de stabilisation du poignet (217). Contention de protection des coulisses digitales (grimpeur) (218).	
<b>PATHOLOGIES TRAUMATIQUES DU POIGNET</b> .....	219
<b>Pathomécanique</b> .....	219
<b>Rééducation du poignet traumatique</b> .....	219
Principes (219). Rééducation phase I : période d'immobilisation, lésion non consolidée : J1 à J45 (224). Rééducation phase II : ablation de l'immobilisation, consolidation acquise : à partir de J45 (226).	
<b>Rééducation des fractures du scaphoïde</b> .....	233
Introduction (233). Biomécanique (234). Rééducation phase I : période d'immobilisation totale ou relative (fracture non consolidée) (237). Rééducation phase II : ablation de l'immobilisation (fracture en voie de consolidation) (238). Rééducation phase III : consolidation radiologique obtenue (240). Conclusion (242).	
<b>PATHOLOGIES TRAUMATIQUES DE LA MAIN</b> .....	243
<b>Rééducation des entorses des doigts</b> .....	243
Rééducation des entorses de l'articulation métacarpo-phalangienne du pouce (MP du I) (243). Rééducation des entorses des articulations interphalangiennes proximales (IPP) (253).	
<b>Rééducation des ruptures tendineuses de la main</b> .....	257
Rééducation de la rupture des tendons extenseurs (257). Rééducation de la rupture des tendons fléchisseurs des doigts (FCP et FCS) (266).	
<b>TENDONS ET MUSCLES</b> .....	277
<b>TENDINOPATHIES</b> .....	277
<b>Généralités</b> .....	277
<b>Pathologie</b> .....	277
Principaux signes cliniques à rechercher dans le cadre d'une tendinopathie (277). Cinq tableaux cliniques, différenciés en fonction des	

lésions anatomiques rencontrées et d'après la sémiologie clinique (279). Localisation topographique des tendinopathies (280).

<b>Traitement</b> .....	280
Protocole général de traitement des tendinopathies (280). Techniques (284).	

**PATHOLOGIES MUSCULAIRES** ..... 298

**Généralités** ..... 298

<b>Pathologies musculaires sans lésion anatomique : crampe, contracture, courbature</b> .....	299
Définitions (299). Rééducation (301). Traitement à visée étiopathogénique (302).	

<b>Pathologies musculaires avec lésions anatomiques : déchirures (stades 1, 2 et 3), désinsertion, contusion, dilacération, hernie, hématome</b> .....	303
Définitions (303). Classification (305). Rééducation (309).	

**5 PROBLÈMES DE TERRAIN  
EN KINÉSITHÉRAPIE DU SPORT** ..... 317

**INTRODUCTION** ..... 317

**CONDUITES À TENIR** ..... 318

<b>Conduite à tenir devant une plaie cutanée</b> .....	318
Ce qu'il ne faut pas faire (318). Ce qu'il faut faire (318).	

<b>Conduite à tenir devant un traumatisme du nez et un épistaxis</b> .....	319
Ce qu'il ne faut pas faire (319). Ce qu'il faut faire (319).	

<b>Conduite à tenir devant un hématome sous-unguéal</b> .....	320
Ce qu'il ne faut pas faire (320). Ce qu'il faut faire (320).	

<b>Conduite à tenir devant un traumatisme oculaire</b> .....	321
Ce qu'il ne faut pas faire (321). Ce qu'il faut faire (321).	

<b>Conduite à tenir devant une brûlure</b> .....	322
Ce qu'il ne faut pas faire (322). Ce qu'il faut faire (322).	

<b>Conduite à tenir devant la luxation complète d'une dent</b> .....	323
Ce qu'il ne faut pas faire (323). Ce qu'il faut faire (324).	

**CONCLUSION** ..... 324

**6 LA MALLETTE DU KINÉSITHÉRAPEUTE** ..... 327

**LA MALLETTE** ..... 327

**LA CHECK-LIST DU CONTENU** ..... 327

**Bibliographie** ..... 329

**Index** ..... 343