

Lombalgies : Gymnastique sur ballon et technique LPG®

André PETIT*

École du Dos "MAIL 14" - 14, allées du Mail - 17000 LA ROCHELLE

Tél : 05 46 67 38 00 - Fax : 05 46 00 41 84

L'expérience de l'École du Dos "MAIL 14" de La Rochelle

*Le fait clinique
rapporté concerne
les bons résultats
antalgiques
et de mobilité
articulaire obtenus
sur une série
de patientes traitées
conjointement
par la gymnastique
d'École du Dos
"Mail 14"
et le massage
instrumental
du cellu M6
de LPG systems®.*

Mots clefs

- Lombalgies
- École du Dos
- Ballon de Klein Vogelbach
- Technique LPG

NOTRE École du Dos "MAIL 14" se présente comme un cabinet libéral de Kinésithérapie Préventive. Un espace bilan et de Soins Individuels (photo), à vocation thérapeutique et de kinésithérapie plastique complète les installations destinées aux animations collectives (photo).

Notre démarche s'inscrit dans le cadre de la Prévention secondaire des rachialgies.

Créée en 1982 à La Rochelle, cette École du Dos de kinésithérapeute s'adresse :

- aux anciens patients de la kinésithérapie vertébrale.
- à toute personne désireuse "d'apprendre son dos" par la dynamique du mouvement appris, organisé et contrôlé par un praticien entraîné à la prévention.

Qu'apprend-on dans une École du Dos "MAIL 14" ?

- Comment fonctionne la colonne vertébrale normale (exposés, schémas, panneaux pédagogiques).
- Les principes élémentaires d'Économie et d'Entretien vertébral permettant de limiter les causes habituelles de sa dégradation.
- Une gymnastique innovante, variée, ludique et rythmée en trois plans de l'espace selon les principes d'une motricité cohérente articulaire, musculaire et de coordination motrice.

MOTRICITÉ : PROTOCOLE GÉNÉRAL

Cette gymnastique respectueuse du système articulaire et tonifiante des muscles du

corps entier est construite principalement sur ballon de Klein Vogelbach (photo).

Pendant trois mois, les petits groupes de débutants travaillent une fois par semaine. Chaque participant peut ensuite décider de s'entraîner et de se contrôler seul. Il peut aussi choisir de s'inscrire régulièrement aux cours de gymnastique qui comportent six niveaux de difficulté et d'intensité (selon Fragilités-âges-motivations-projets).

Cette gymnastique, accessible au plus grand nombre, peut ainsi devenir un sport pour toute personne à la recherche d'une activité physique régulière et non dégradante à tous les âges de la vie.

Il s'est ainsi constitué depuis 16 ans une population de 250 à 300 patients permanents. Ceci nous permet des séries d'études, bilans et évaluations comparatives de nos échecs et de nos efficacités.

Projet d'analyse

Vérifier a posteriori l'objectivité et la durabilité des bons résultats cliniques très couramment observés sur les patientes lombalgiques très connues de notre École du Dos et qui bénéficiaient d'un traitement complémentaire par une Technique LPG.

*Masseur-kinésithérapeute, La Rochelle (17).
Texte issue du 3^e Congrès CMTP-Europe
"Prise en charge kinésithérapique du lombal-
gique", 13-14 novembre 1998, Paris.

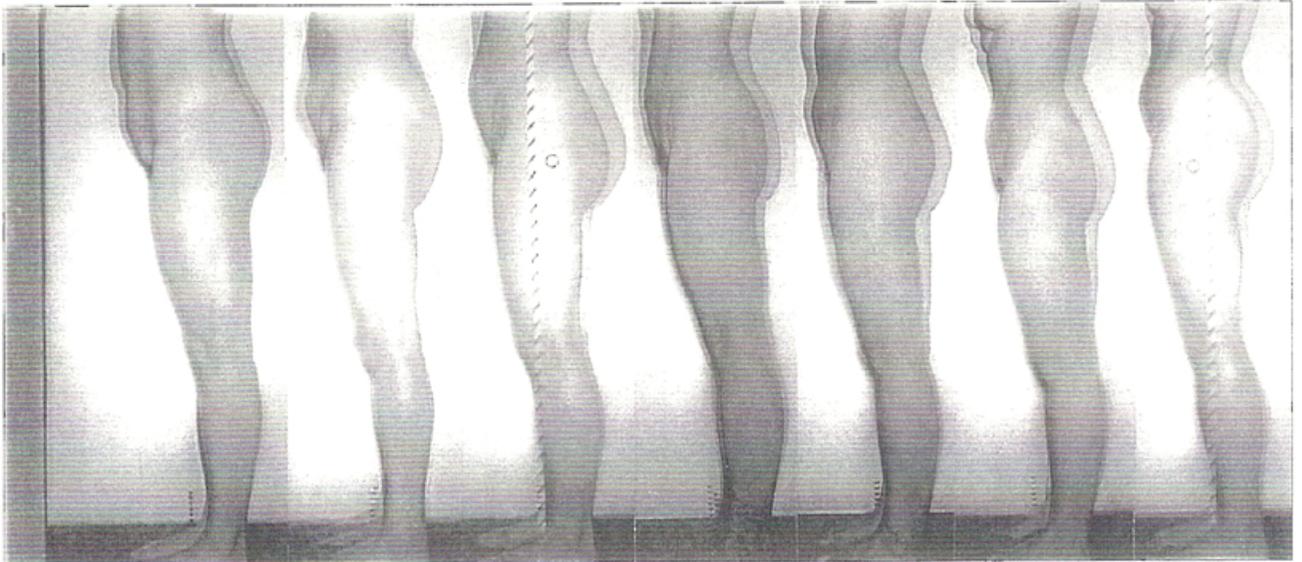


Fig. 9 : exemple de superposition des photographies avant et après le traitement LPG d'endermologie.

* Bon résultat esthétique.

* Majoration de la tendance gravitaire antérieure en fin de traitement.

Groupe étudié :

Critères d'homogénéité :

17 femmes :

- 1) 15 d'entre elles avaient été très améliorées avant l'École du Dos par Kinésithérapie Analytique selon SOHIER.
- 2) Fréquentent assidûment l'École du Dos depuis plus de 3 ans.
- 3) Colonne lombaire stabilisée : gêne résiduelle douloureuse occasionnelle toujours générée par un excès d'activité physique, statique ou dynamique.
- 4) Possèdent au moins 6 bilans semestriels morphostatiques et cliniques.
- 5) Ont bénéficié ces 3 dernières années d'un traitement groupé de 14 séances d'Endermologie (kinésithérapie Plastique LPG) sur le corps entier et d'une séance par mois d'entretien.
- 6) Présentent un surpoids modeste permettant une saisie suffisante des masses musculaires dans l'appareillage LPG.
- 7) Possèdent un bilan photo annuel debout superposable (face-dos-profil).

MATERIEL LPG : (photo)

CELLU M6 N et CELLU M6 NG.
Tête de traitement : tête principale motorisée.

TECHNIQUE UTILISÉE : (photo)

Patiente en procubitus : Tracés musculaires sur tout le plan postérieur pendant

18 à 20 minutes, muscles relâchés selon les techniques LPG d'Endermogym passive.

PRINCIPE DU TRAITEMENT

- 1) Saisie par dépression contrôlée d'un pli musculo-graisseux entre deux rouleaux disposés en parallèle aux grands axes des muscles (Fig. 6 et 7).
- 2) Traitement par rotation motorisée, Avant et Arrière des deux rouleaux qui enroulent et déroulent le contenu du pli sous-cutané saisi (AEDM : Fig. 8). Vitesse de progression automatique - guidage manuel - Avant - Arrière et latéral selon le protocole LPG.

RÉSULTATS :

- 1) En moyenne des 17 cas observés, le gain de mobilité est constant en flexion globale du tronc (DS = + 15 cm) et inclinai-sons latérales (DS = + 5 cm)
- 2) Renforcement des bons résultats antalgiques déjà enregistrés du fait des activités physiques régulières de l'École du Dos. Ceci en particulier pour les sujets à tendance gravitaire-Postérieure (GP = Courbure lombaire accentuée = 12 cas sur 17)
- 3) Indépendamment des bons et très bons résultats esthétiques par réduction des surplus graisseux mis en évidence par la superposition des photographies avant et

après traitement, les quelques exemples de superposition des profils proposés ici (photo) illustrent une majoration de la tendance gravitaire (GA) en fin de traitement (14 cas sur 17)

CONCLUSION

- 1) La démarche inhabituelle d'analyse "à postériori" que nous proposons ici met en évidence l'action positive de la cible musculaire de cette technique LPG.
- 2) Ce protocole mobilisateur et très directement vascularisant ne peut convenir aux lombalgies en phase douloureuse aigue pour lesquelles les protocoles réflexes ou énergétiques des thérapies LPG complètent nos thérapies manuelles.
- 3) Les rétractions ischio-lombaires compressives des structures ostéo-articulaires sous-jacentes, se révèlent être des indications de choix du cumul de ces 2 techniques-Thérapeutiques et Préventives.

Indexation Minitel :
Gymnastique - Lombalgie
Prévention



Fig. 1 : Ecole du Dos "Mail 14" 14 postes de travail individuels.

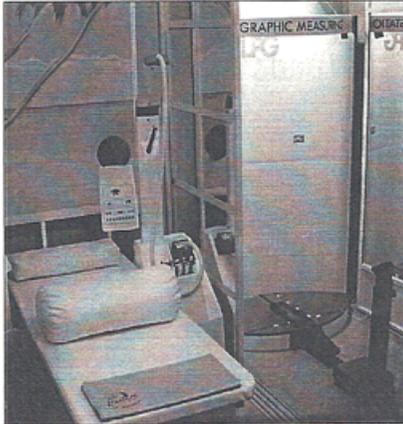


Fig. 2 : cabinet de soins individuels Bilans - Thérapeutiques - Kinésithérapie plastique.



Fig. 3 : gymnastique articulaire sur ballon de Klein-Vogelbach.



Fig. 4 : tendances gravitaires postérieures (GP) ou antérieures (GA). Exemple de bilans photos des différences morphostatiques.

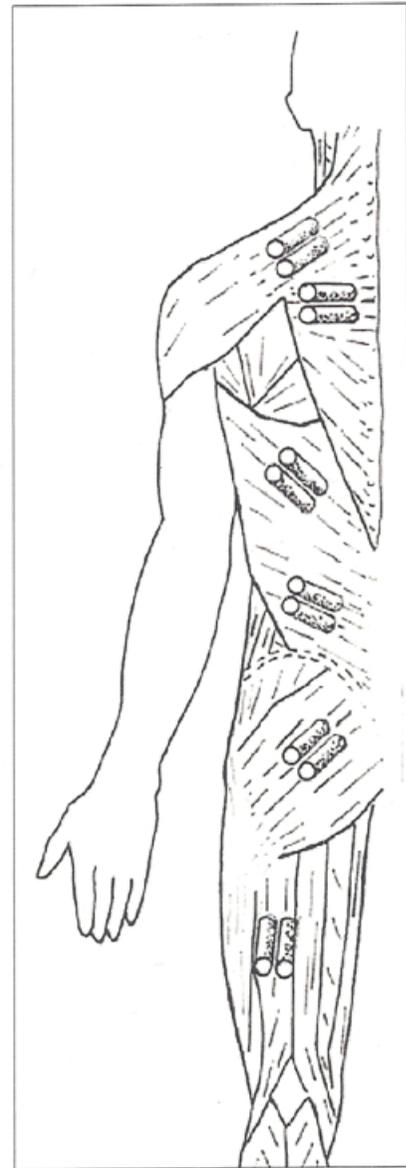


Fig. 7 : segments corporels maigres. Les deux rouleaux sont parallèles au grand axe des muscles



Fig. 5 : tête principale motorisée du cellu M6 (LPG Systems®).

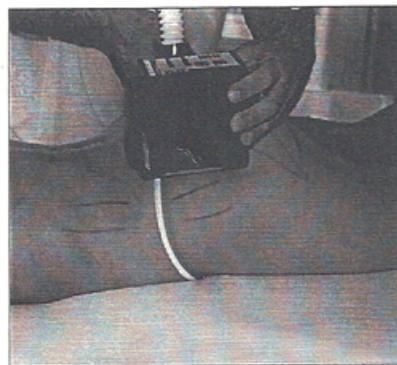


Fig. 6 : ici les deux rouleaux sont parallèles au grand axe du moyen fessier.

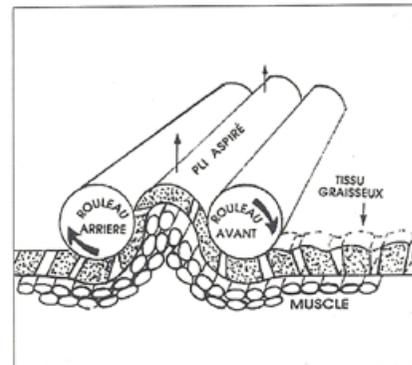


Fig. 8 : rotation des rouleaux = traitement du pli musculo-graisseux saisi par dépression (AEDM) .