

ORDONNANCE TYPE REEDUCATION DU SYNDROME DU DEFLILE THORACO-BRACHIAL et/ou DU PLEXUS BRACHIAL :

(Protocole de MARTIN et COUZAN)

Faire pratiquer, par M.K.D.E, des séances de massages et rééducation de la colonne cervicale et des membres supérieurs

- **Insister, lors de chaque séance, sur :**

1 - Massages manuels prolongés de l'ensemble de la région cervico-scapulaire et des épaules.

2 - Education respiratoire abdomino-diaphragmatique.

3 - Mobilisations articulaires du complexe cervico-scapulaire et des épaules en privilégiant l'**ANTEPULSION** et le **RELACHEMENT + mobilisations costales**.

4 - Mobilisations des muscles contracturés et douloureux par étirement et raccourcissement (par techniques myo-tensives ou par myothérapie).

Exemples : scalènes, SCOM, trapèzes supérieurs et moyens, pectoraux, fixateurs d'omoplates et para-vertébraux.

5 - Education posturale avec **conseils gestuels et de vie articulaire** pour privilégier les bons mouvements et attitudes et éviter les mouvements compressifs ou irritant le plexus brachial. **Insister sur les phases de repos et récupération.**

Après avis du kinésithérapeute et selon l'évolution favorable du patient :

- **Réaliser des** techniques **NEURO-DYNAMIQUES actives** qui doivent être intégrées **avec prudence** en évitant les amplitudes déclenchant des douleurs ou des paresthésies.

- Le **renforcement musculaire** est globalement **à proscrire**. Les **muscles para-vertébraux, grand dentelé et petit pectoral** peuvent être sollicités sans douleur.

➤ **En COMPLEMENT :**

A domicile, au travail, pendant les périodes de repos :

- **Coussins ou colliers cervicaux chauffants.**
- **Coussins ergonomiques nocturnes.**
- **Dispositif médical de CapRelax®.**

PRINCIPE DE BASE DE LA REEDUCATION :

- Ne pas déclencher de **douleurs**, ne pas répéter des gestes ou postures **fermant la pince costo-claviculaire** (abduction + rétropulsion de la tête humérale) ou **mettant en tension excessive le plexus brachial** (> angle du test de mise en tension du plexus brachial).

- En cas de **trouble de la stabilité de la région cervicale et contracture du trapèze**, utiliser toutes les méthodes à disposition pour détendre et relâcher.



PROTOCOLE MARTIN et COUZAN 2024

