

## Prise en charge kinésithérapique des céphalées

2 jours, soit 14 heures **en classe virtuelle**  
avec Jenny SCHISCHKE

Formation réservée aux Masseurs-Kinésithérapeutes DE et Physiothérapeutes francophones

### OBJECTIFS :

Selon l'Organisation Mondiale de la Santé, les principaux faits concernant les céphalées sont les suivants :

1. Les céphalées, caractérisées par des maux de tête récurrents, comptent parmi les affections du système nerveux les plus répandues.
2. On estime en général que près de la moitié de la population adulte a eu au moins une fois une céphalée au cours de l'année écoulée.
3. Les céphalées s'associent à une charge pour la personne et la société se traduisant par des douleurs, des incapacités, une détérioration de la qualité de vie et des coûts financiers.
4. Dans le monde, seule une minorité des personnes atteintes de céphalées bénéficie d'un diagnostic adapté auprès d'un agent de santé.
5. L'ampleur des céphalées a été sous-estimée et ces troubles sont insuffisamment reconnus et soignés dans le monde.

En plus d'être douloureuses, les céphalées sont également incapacitantes. Le traitement kinésithérapique est validé pour les céphalées d'origine cervicale (COC) en première intention. Il faut pour cela connaître le diagnostic différentiel et la prise en charge par différentes techniques EBP.

Lors de la formation seront enseignés de nouveaux outils thérapeutiques pour la prise en charge des patients atteints de migraines et céphalées récurrentes, en lien avec les troubles de l'appareil locomoteur. Seront enseignées aussi les bases anatomo-neuro-physiologiques des « maux de tête », le diagnostic des différents types de céphalées ainsi qu'un bilan adapté, les moyens de prise en charge rééducative et les techniques et attitudes préventives.

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Réaliser un bilan et des tests et évaluations simples et rapides, recommandés et validés par l'HAS pour la plupart, afin de trouver l'origine des douleurs et de permettre une prise en charge adaptée.
- Concevoir, mettre en œuvre et évaluer la prise en charge kinésithérapique.
- Différencier les différents types de céphalées.
- Déterminer la ou les structures responsables de la symptomatologie du patient, ainsi que la localisation et la spécificité du trouble.
- Concevoir, planifier et mettre en œuvre un traitement simple stéréotypé sur la base d'évidence base practice (EBP)
- Mobiliser, en situation de soins, différents savoirs et capacités conformes aux données actuelles de la science et aux publications et recommandations de l'HAS :
  - savoir de connaissances
  - savoir de techniques pratiques
  - savoir-faire opérationnel
  - savoir relationnel
- Être capable d'expliquer au patient sa pathologie pour l'impliquer dans sa prise en charge
- Concevoir et conduire un projet thérapeutique kinésithérapique, adapté au patient et à sa situation (incluant la dimension éducative)
- Évaluer l'effet de la prise en charge et réajuster.

## PROGRAMME :

- **1er jour :** Jenny SCHISCHKE

09h30 *Accueil des participants*

09h45 Théorie

- Les différents types de céphalées et migraines
- Les phases de la migraine
- Pathophysiologie
- Diagnostic

11h Les différentes approches thérapeutiques

- Allopathie classique
- Journal
- Le patient type
- Traitements supplémentaires
- Première approche kiné

12h30 *Déjeuner*

13h30 Prise en charge globale de céphalées :

- Drainage lymphatique du visage - théorie & pratique
- Techniques de mobilisation et de détente des muscles de la ceinture cervico-scapulaire

16h Exercices thérapeutiques pour le patient :

- Étirements spécifiques
- Autodrainage
- Respiration abdominale

17h Traitement par réflexologie plantaire spécifique - pratique

18h *Fin de la journée*

- **2ème jour :** Jenny SCHISCHKE

09h Révision des techniques vues le jour précédent

09h30 Enseignement de la technique de massage thérapeutique des méridiens de la tête - théorie & pratique

11h Traitement par techniques de kiné classique -théorie :

- Étirement muscles des cervicales
- Tractions cervicales
- Points spécifiques réflexes
- Test de l'atlas
- Mobilisations passives et actives

12h30 *Déjeuner*

13h30 Les exercices à faire par le patient

- Étirements
- Travail sur la posture
- Relaxation

# PROGRAMME

15h Travail en binômes pour adapter le traitement à chaque phase de migraine ou aux différents types de céphalées

17h Fin de la journée

---

## METHODOLOGIES :

---

### Méthodes pédagogiques mises en œuvre :

Le format retenu pour cette formation est le format **en classe virtuelle** nécessitant le déploiement d'outils synchrones (en temps réel) qui correspondent à des temps de contacts directs entre les intervenants et les participants mais également entre les participants eux-mêmes, de partage d'écran, de PPT, documents et vidéos, de tableaux blancs interactifs, etc...

Le formateur s'appuiera sur les différentes méthodes pédagogiques ci-dessous, employées en alternance, au fur et à mesure du déroulement de la formation :

- **Méthode participative - interrogative** : les stagiaires échangent sur leurs pratiques professionnelles, à partir de cas cliniques et des résultats des évaluations avant formation.
- **Méthode expérientielle** : modèle pédagogique centré sur l'apprenant et qui consiste, après avoir fait tomber ses croyances, à l'aider à reconstruire de nouvelles connaissances.
- **Méthode expositive** : le formateur donne son cours théorique, lors de la partie cognitive.
- **Méthode démonstrative** : le formateur fait une démonstration pratique des différentes techniques prévues au programme avant reproduction par les stagiaires chez eux.
- **Méthode active** : les stagiaires reproduisent les techniques enseignées à l'aide du matériel recommandé, et sont corrigés directement par le formateur par visio en temps réel.

### Afin d'optimiser la mise en œuvre de ces méthodes, les supports et matériels mis à disposition sont :

- Outil numérique synchrone (Zoom ou équivalent) pour une classe virtuelle en temps réel avec possibilité d'interaction, zone de chat, visio, partage d'écran, etc...
- Polycopié en version numérique reprenant le PPT partagé et divers documents annexes
- Chaque stagiaire aura une liste de matériel à prévoir pour interagir lors de la formation...

### Type d'évaluation pratiquée par l'organisme de formation :

- Évaluation des connaissances et pratique professionnelle avant la formation par QCM
- Évaluation théorique par le formateur tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

---

## FORMATEUR :

---

### Jenny SCHISCHKE

- Masseur Kinésithérapeute
- Gérante de la K-Taping International Academy
- Spécialisée en DLM par l'école Földi et rééducation après cancer du sein
- Membre de l'AVML