

Douleur aiguë du genou

Pré-requis : Être masseur-kinésithérapeute libéral ou organisme de formation médicale et disposer d'un ordinateur ou d'une tablette ainsi que d'une connexion internet.

Contexte et enjeux :

D'après l'HAS, les douleurs au genou touchent 25% des femmes et 22% des hommes, et peuvent grandement altérer les activités quotidiennes. Ces douleurs peuvent être la conséquence d'un traumatisme direct ou se manifester sans blessure apparente. En cas de gonalgie non traumatique, le bilan kinésithérapique joue un rôle essentiel pour identifier les causes possibles de la douleur aiguë. L'HAS souligne également que le diagnostic d'une gonalgie repose principalement sur un examen clinique, orientant ensuite vers une imagerie appropriée. Selon la littérature, les masseurs-kinésithérapeutes sont particulièrement qualifiés pour prendre en charge ces douleurs aiguës au genou, avec un rôle complémentaire dans la prévention et l'éducation des patients.

Résumé :

Cette formation continue de 7 heures comprend un pré-test et un post-test sous forme de QCM. Elle aborde l'évaluation et la prise en charge de la douleur aiguë du genou, avec des modules couvrant :

- La complexité fonctionnelle du genou et ses implications dans la gestion de la douleur.
- La compréhension de la cinématique du genou pour cibler précisément la prise en charge.
- La définition, les mécanismes et l'évaluation de la douleur aiguë du genou.
- Les différentes pathologies, traumatiques ou non.
- L'élaboration et l'application du raisonnement clinique.
- L'importance du bilan kinésithérapique comme socle diagnostique.
- Les traitements et examens complémentaires recommandés par l'HAS.
- La mise en place d'une prise en charge kinésithérapique efficace.
- Le rôle central de l'éducation, de la prévention et de l'auto-soin.

Ce programme repose sur une synthèse des connaissances scientifiques et les recommandations de bonnes pratiques.

Objectifs :

- **Reconnaître les signes cliniques de la douleur aiguë du genou.**
- **Réaliser un bilan diagnostique kinésithérapique pour évaluer la douleur.**
- **Recueillir les informations pertinentes via l'interrogation du patient.**
- **Pratiquer des tests pour localiser la douleur et comprendre sa nature.**
- **Élaborer et appliquer un raisonnement clinique adapté.**
- **Poser un diagnostic kinésithérapique précis.**
- **Appliquer les recommandations de l'HAS.**
- **Mettre en place un traitement adapté à la douleur aiguë du genou.**
- **Ajuster les soins en fonction de l'évolution de la douleur.**
- **Eduquer le patient et intégrer des stratégies de prévention.**
- **Finaliser la prise en charge kinésithérapique en tenant compte des meilleures pratiques.**

Durée : 7 heures en e-learning asynchrone

Modalités, délais et moyens d'accès :

Après avoir sélectionné la formation et la session de votre choix sur notre site internet :

1. Accédez à votre compte Agence DPC

Rendez-vous sur le site www.agencedpc.fr et connectez-vous à votre espace personnel.

2. Recherchez la formation

Cliquez sur l'onglet "**Inscription**", puis sélectionnez "**Recherche actions / S'inscrire**".

3. Entrez la référence de la formation

Renseignez la référence "9AOE2425004", cliquez sur "**Rechercher**", puis sur "**Détail**".

4. Choisissez votre session

Accédez à "**Liste sessions**" et cliquez sur "**S'inscrire**" en face de la session souhaitée.

Une fois votre inscription validée, vous recevrez par e-mail vos identifiants de connexion ainsi que le lien d'accès à notre plateforme de formation. Vous aurez jusqu'au 31 décembre 2025 pour la suivre à votre rythme.

Méthodes pédagogiques et modalités d'évaluation : La formation s'appuie sur une pédagogie variée mêlant apports théoriques, démonstrations et questionnements, le tout au travers d'activités interactives proposées sur notre plateforme dédiée.

Les apprenants sont encouragés à partager leurs expériences tout au long de la formation, notamment via un espace d'échange prévu à cet effet.

Plusieurs dispositifs d'évaluation sont prévus : mesure de la satisfaction, tests de positionnement en amont et en aval de la formation, ainsi qu'un suivi régulier des acquis grâce à des quiz et des questionnaires

Déroulé de la formation :

Introduction : introduction et pré tests (10 min)

Objectif : Introduire le sujet de la formation en expliquant quels sont les enjeux aujourd'hui concernant la prise en charge de la douleur aiguë du genou. Évaluer la connaissance et les pratiques des apprenants.

Contenu : Présentation de l'actualité sur la douleur aiguë du genou, présentation du sujet de la formation et de chaque module ainsi que les différents objectifs de la formation. Rappel des recommandations de la HAS.

Méthodes : Test des connaissances (pré-test) sous forme de QCM, exposé didactique.

Module 1 (65 min) : **Comprendre la complexité et le complexe du genou** dans la prise en charge de la douleur aiguë du genou. L'importance de la connaissance anatomique du membre inférieur est primordiale.

Module 2 (35 min) : **Comprendre la cinématique du genou** pour cibler la prise en charge de la douleur aiguë du genou.

Module 3 (30 min) : **La douleur aiguë du genou**. Définition et mécanisme de la douleur et son évaluation.

Module 4 (35 min) : **Les différentes pathologies** du genou, suite à un traumatisme ou sans traumatisme.

Module 5 (30 min) : **Le raisonnement clinique** : de son élaboration à son application. Comprendre le processus du raisonnement clinique et comment l'utiliser. Cas clinique comme exemple.

Module 6 (70 min) : **L'importance du bilan kinésithérapique** comme base de diagnostic de la douleur aiguë du genou. Le bilan diagnostic kiné et le diagnostic différentiel.

Module 7 (30 min) : **Les différents traitements proposés** et les examens complémentaires proposés. Les recommandations de la HAS.

Module 8 (60 min) : **Mise en place de la prise en charge kinésithérapique**. Le traitement kinésithérapique proposé pour la prise en charge de la douleur aiguë du genou.

Module 9 (45 min) : **Éducation, prévention et auto-soin** : les meilleurs alliés du kinésithérapeute.

Conclusion générale de la formation (10 min), Test des connaissances (post test) sous forme de QCM, exposé didactique.

Module	Durée	Objectif pédagogique	Contenu et message clé	Méthode pédagogique	Outils et supports pédagogiques	Modalité d'évaluation
Introduction à la formation	10min	Introduire le thème de la formation	Présentation de la formatrice, des modules et des objectifs de la formation	Explicatif QCM sur le contenu de la formation	Diaporama	Auto-évaluation préformation
Module 1 Comprendre la complexité et le complexe du genou dans la prise en charge de la	65min	Rappeler l'importance de la connaissance anatomique du membre inférieur dans	Explications anatomiques	Explications et illustrations	Diaporama références de lecture pour approfondir	QCM à la fin du module

douleur aiguë du genou.		la compréhension de la douleur aiguë du genou				
Séquence 1	30min	Le complexe anatomique du genou	Présentation de l'articulation du genou	Illustrations anatomiques	10 slides	
Séquence 2	30min	Le complexe anatomique du membre inférieur	Présentation l'anatomie de la cuisse et de la jambe	Illustrations et schémas	10 slides	
Bilan du module	5min	L'essentiel à retenir			3 slides	
Module 2 Comprendre la cinématique du genou pour cibler la prise en charge de la douleur aiguë du genou.	35min	Rappeler la cinématique du genou	Définitions et explications	Explications		
Séquence 1	15min	Rappeler la conformation articulaire du genou et ses mouvements globaux	Comprendre la mécanique du genou	Illustrations et définitions	6 slides	
Séquence 2	15min	Rappeler la cinématique du genou	Comprendre les roulements, glissements et l'implication de chaque partie du genou dans le mouvement	Illustrations et explications	6 slides	
Bilan du module	5min	L'essentiel à retenir			2 slides	
Module 3 La douleur aiguë du genou. Définition et mécanisme de la douleur et son évaluation.	30min	Comprendre l'intérêt de la connaissance sur la douleur	Epidémiologie, définition	Informations épidémiologiques et explications		

Séquence 1	15min	Définition de la douleur aiguë et son mécanisme	La douleur aiguë, son mécanisme, le processus inflammatoire	Explications	8 slides	
Séquence 2	10min	L'évaluation de la douleur	Le bilan de la douleur	Tableau et explications	3 slides	
Bilan du module	5min	L'essentiel à retenir			2 slides	
Module 4 Les différentes pathologies du genou, suite à un traumatisme ou sans traumatisme.	35min	Connaître les pathologies du genou	Épidémiologie et les différentes pathologies du genou	Explications		
Séquence 1	15min	Les pathologies traumatiques du genou	Description des différentes atteintes pathologiques du genou suite à un traumatisme	Explications	5 slides	
Séquence 2	15min	Les pathologies non traumatiques du genou	Description des différentes atteintes pathologiques du genou sans traumatisme	Explications	5 slides	
Bilan du module	5min	L'essentiel à retenir			2 slides	
Module 5 Le raisonnement clinique : de son élaboration à son application	30min	Apprendre à avoir un raisonnement clinique lors de la prise en charge du patient	Définition, processus cognitif, élaboration, application et conclusion	Explications puis application à un cas clinique		
Séquence 1	15min	Le raisonnement clinique	Son élaboration	Illustrations et explications	7 slides	
Séquence 2	10min	Cas clinique	Application du raisonnement clinique à un cas clinique	Tableaux et explication	5 slides	

Bilan du module	5min	L'essentiel à retenir			1 slide	
Module 6 L'importance du bilan kinésithérapique comme base de diagnostic de la douleur aiguë du genou	70min	Présenter le bilan du genou et les différents tests	Les drapeaux rouges, l'interrogation, l'anamnèse, bilan articulaire, bilan musculaire Intérêt du bilan kinésithérapique	Organisation et catégorisation des différents items du bilan		
Séquence 1	45min	Le bilan kinésithérapique	Les drapeaux rouges, l'interrogation, l'anamnèse, bilan articulaire, bilan musculaire	Tableaux et explications	15 slides	
Séquence 2	20min	Les différents tests du genou	Les différents tests du genou à mettre en place	Images et explications	15 slides	
Bilan du module	5min	L'essentiel à retenir			3 slides	
Module 7 Les différents traitements proposés et les examens complémentaires proposés	30min	Connaître les différents traitements proposés	Les traitements médicaux et chirurgicaux. Les recommandations de la HAS.	Apprendre les différents traitements qui existent et complémentaires à la kinésithérapie		
Séquence 1	15min	Les différents traitements dans la prise en charge de la douleur aiguë du genou	Les traitements médicaux, la place de la chirurgie	Illustrations et explications	4 slides	
Séquence 2	10min	Les examens complémentaires	Description des différents examens complémentaires et les recommandations de l'HAS	Tableaux et explications	6 slides	
Bilan du module	5min	L'essentiel à retenir			2 slides	

Module 8 Mise en place de la prise en charge kinésithérapique	60min	Apprendre à mettre en place les différentes techniques kinésithérapiques	Choix des techniques, leur mise en place et leur pertinence	Description des techniques kinésithérapiques, leur objectifs et leur mise en pratique		
Séquence 1	15min	Prise en charge kinésithérapique en cabinet de ville	Prise en charge du patient et de sa douleur aiguë du genou	Rappel et explications	10 slides	
Séquence 2	40min	Traitement kinésithérapique	Explications et mise en place des différentes techniques kinésithérapiques	Schémas, tableaux, illustrations et explications	12 slides	
Bilan du module	5min	L'essentiel à retenir			3 slides	
Module 9 Education, prévention et auto-soin: les meilleurs alliés du kinésithérapeute	45min	Savoir quelle éducation et quelle prévention proposer au patient. Place de l'auto-soin	Mise en place de l'éducation, de la prévention et de l'auto-soin Recommandations de la HAS	Exposer les conseils et les différentes façons de prévenir la douleur aiguë et informer sur les recommandations		
Séquence 1	30min	Education et prévention	Mise en place de l'éducation thérapeutique et de la prévention	Tableaux et explications	10 slides	
Séquence 2	10min	Auto-soin	Mise en place de l'auto-rééducation	Illustrations et explications	3 slides	
Bilan du module	5min	L'essentiel à retenir			3 slides	
Conclusion générale de la formation	10min	Mises en perspectives des connaissances acquises			5 slides	Auto-évaluation post-formation

Bibliographie

- 1) **Douleur : de quelle douleur parle-t-on ? Ministère de la santé et de la prévention. 16 mars 2022**
- 2) **Comment mieux comprendre la douleur? Laurent Rousseau. Ordre des masseurs-kinésithérapeutes. 9/07/2019**
- 3) **Gonalgie : définition, symptômes et causes. 25 octobre 2023. L'assurance maladie.**
- 4) **Douleurs du genou : quel examen d'imagerie réaliser ? 27 juin 2022. HAS**
- 5) **Définition et évaluation de la douleur. 18/05/17
Sessi Acapo, Philippe Seyrès, Eric Savignat. Résumé.
Références de l'ouvrage : kinésithérapie, la revue. Vol 17 - N° 186 - juin 2017.
Elsevier Masson SAS**
- 6) **Rupture du ligament croisé antérieur : quelle rééducation en kinésithérapie. 5 novembre 2019. Ordre des masseurs-kinésithérapeutes.**
- 7) **Le score Cofras : évaluation fonctionnelle du genou avant reprise sportive.
Sébastien Oria. 25/01/10 Doi :
KINE-01-2010-10-97-1779-0123-101019-200909527 .**
- 8) ***Parution* : Le muscle Nouveaux concepts. Anatomie – Biomécanique – Chirurgie – Rééducation
Par : T. Marc – T. Gaudin – J. Teissier – F. Bonnel.
18 septembre 2018**
- 9) ***Arthrose du genou et kinésithérapie. Aude Quesnot et Benoît Habert. Maison des kinés, fiche.***
- 10) **Prise en charge thérapeutique des lésions méniscales et des lésions isolées du ligament croisé antérieur du genou chez l'adulte. Recommandation de bonne pratique. 30 déc 2009**
- 11) **Critère de suivi en rééducation et d'orientation en ambulatoire ou en SSR.
Après arthroplastie totale du genou. Argumentaire janvier 2018. HAS**
- 12) **Critère de suivi en rééducation et d'orientation en ambulatoire ou en SSR.
Après ligamentoplastie du croisé antérieur du genou. Recommandations, janvier 2008.**

13) Tests cliniques du genou. Yves Abitteboul, Gérard Leroux, Christophe Sicard, Philippe Izard, Stéphane Oustric. Fiche pratique. La revue du praticien Médecine Générale, tome 26, n°873, janvier 2012.

14) Gonalgies : que faire en médecine de 1er recours ? 26 novembre 2014. Revue médicale suisse. Tessa Kermode , Jacques Cornuz, Pascal Zufferey, Olivier Pasche

15) L'interaction entre la douleur et le mouvement

Shannon L Merkle 1, Kathleen A Sluka 2, Laura A Frey-Law 2

J Main Là.2020 janvier-mars;33(1):60-66. doi : 10.1016/j.jht.2018.05.001.

Publication en ligne le 17 juillet 2018.

16) Scores de mesure fonctionnelle articulaire pour le praticien. Silvia Bonfanti, Gérald Gremion, Boris Gojanovic. 25 juillet 2012. Article thématique: médecine du sport. Revue médicale Suisse. ISSN: 1660-9379

17) Options thérapeutiques dans la tendinopathie rotulienne. Victoria B. Duthon, Stéphane Borloz, Jean-Luc Ziltener. 25 juillet 2012. Article thématique: médecine du sport. Revue médicale Suisse. ISSN: 1660-9379

18) Quelle douleur est supportable en rééducation ? Yan Eggel, Bertrand Léger. 25 juillet 2012. Article thématique : médecine du sport. Revue médicale Suisse. ISSN: 1660-9379

19) Mobilisations spécifiques. Ghossoub P., Dufour X., Barette G., Montigny J.-P. EMC (Elsevier Masson SAS, Paris), Kinésithérapie-Médecine physique-Réadaptation, 26-071-A-10, 2009.

20) Biomécanique fonctionnelle : membre-tête-tronc. Michel Dufour, Michel Pillu. mars 2007

21) Les tendinopathies en kinésithérapie. Application au membre inférieur (1ère partie). Alexandre Guedj, Paul Mesplede, Guillaume Sorel. Kinésithérapie

Scientifique 2013;543:5-20

22) Proposition d'un arbre décisionnel aidant au diagnostic kinésithérapique différentiel des pathologies de la face antérieure du genou. Cédric Robert. Kinésithérapie Scientifique 2023;657:7-12

23) Anatomie de l'appareil locomoteur, tome 1, membre inférieur. Michel Dufour. septembre 2002

24) Vade-Mecum de kinésithérapie et de rééducation fonctionnelle. 5ème édition. Yves Xhardez et collaborateurs. Broché-octobre 2002.

25) Le bilan et le diagnostic kinésithérapique. G Péninou. Ann. Kinésithér. 2001, t. 28, n° 3, pp. 98-109 © Masson, Paris, 2001 Conférence de consensus

26) Quantification du stress, 2001
<https://lacliniqueducoureur.com/quantification-du-stress-mecanique/>

27) Revue générale de la douleur

Par James C. Watson , MD, Mayo Clinic College of Medicine and Science

Vérifié/Révisé mars 2022

28) Douleur, un symptôme fréquent, parfois vécu comme une fatalité. Publié le 05/06/2017, modifié le 28/06/2021. Inserm

29) Éducation thérapeutique du patient. Définition, finalités et organisation. Juin 2007. Recommandations HAS.

30) Quel profil "mécanique" dans le syndrome fémoro-patellaire ? Florian Forelli, Maude Traulle, Aomar Chibani, Valérie Champain, Dr Amaury Van derbrouck, Dr Pascal Duffiet, Dr Louis Ratte. Kinésithérapie Scientifique 2019;608:5-10

Date de dernière mise à jour : 15/07/2024