

# Périnée Pratique : Bilan Intracavitaire dans la prise en charge globale / 1 jour

▶ **PRÉ-REQUIS** : Avoir suivi un stage de Gasquet (en périnée, maternité, yoga ou abdominaux)

## Bilan périnéal Intracavitaire

### OBJECTIFS

- Pouvoir faire un bilan de la statique pelvienne
- Savoir aborder la patiente pour améliorer les conditions d'examen et la détente
- Evaluer par testing intracavitaire la fonctionnalité des muscles élévateurs de l'anus, leur élasticité (contraction et détente), les déséquilibres et asymétries et les relier à des problèmes de bassin, de respiration
- Reconnaître des signes de problèmes psychologiques et savoir les aborder

### PROGRAMME

Intervenant: Bernadette de Gasquet ou Sophie Frignet ou Hélène Lemaistre ou Delphine Picod ou Morgane Daudin ou Catherine Lewkowitch

Modalités : Travail intracavitaire par touchers vaginaux entre stagiaires. L'enseignant fait un testing à chaque stagiaires, les stagiaires observent. Puis les stagiaires se testent deux à deux et reportent leur bilan. Confrontation du bilan fait par l'enseignant et par le stagiaire. Si des situations très spécifiques sont présentes dans le groupe et que stagiaire est d'accord, il pourra permettre aux autres de tester. Ex hypertonie, grosses asymétries.

#### 9h30-13h

**1) Reprise Anamnèse et consultation** : Identification de situations particulières adolescence, pratique sportive, maternité, post partum, ménopause, pre ou post chirurgie et de la pathologie essentielle.  
Outil : auto-questionnaire et évaluation de la qualité de vie – Auto évaluation par la patiente de l'état du jour

#### 2) L'Examen :

- installation de la patiente ; Placement du bassin, accessoires de positionnement, observation de la détente et de la respiration.
- Inspection : vulve, lèvres, recherche de béance, distance ano – vulvaire, cicatrices, hémorroïdes. Appréciation et auto perception de la mobilité du noyau fibreux central.
- Travail sur les adducteurs pour impliquer la patiente dans une approche proprioceptive.
- Toucher vaginal avec lubrification si nécessaire.
- Appréciation des grades des différents prolapsus . Demander une poussée , une toux
- Testing musculaire : Demander la contraction sur les doigts des différents faisceaux
- Tester la mobilité urétrale et la mobilité coccygienne.
- Recherche de points douloureux, dans différentes positions des fémurs.

#### 14h-17h30

Au-delà du périnée :

Pendant le testing :

- réalisation de poussées abdominales et de FIT pour apprécier la réponse à la remontée du diaphragme. Rechercher une hyperlaxité.
- Test des obturateurs , test des sacro iliaques

#### 3) Travail de Restitution à la patiente du bilan et propositions de rééducations spécifiques

Donner le résultat du bilan et proposer des pistes de prises en charge.

**PUBLICS** : Sages-femmes, masseurs-kinésithérapeutes, médecins

**PRÉ-REQUIS** : Avoir suivi une formation avec les fondamentaux de la méthode de Gasquet

**DURÉE** : 1 jour (7heures de formation)

**PÉDAGOGIE** : Exercices pratiques au tapis et apports théoriques et informatifs, touchers vaginaux entre participantes et par le formateur

**MODALITES D'EVALUATION** : mise en pratique et tests

**GROUPE** : 16 participants maximum

**COÛT** : 250 € la journée

**HORAIRES** : 9h30 - 17h30

**HANDICAP** : Nous sommes sensibilisés à l'accessibilité des formations aux personnes en situation de handicap. Les stages proposés sont tous à base de pratique corporelle au tapis ou sur ballon. Nous contacter afin de vérifier de la faisabilité de la formation au regard du handicap ainsi que pour nous faire part de besoins spécifiques.