

Bilan numéro :

Date :

Séances effectuées :

**PATIENT**

**PRATICIEN**

Nom / Prénom

Numéro assuré

**FICHE** 84

**Traumatologie genou**

**RUBRIQUES DE BILAN**

**VALEURS**

**DOULEURS**

**Douleurs spontanées**

EVA jour . . . . .

EVA nuit . . . . .

EVS jour . . . . .

0 - Absence de douleur | 1 - Douleur faible | 2 - Douleur forte  
3 - Douleur intense | 4 - Douleur très intense

EVS nuit . . . . .

0 - Absence de douleur | 1 - Douleur faible | 2 - Douleur forte  
3 - Douleur intense | 4 - Douleur très intense

Diagnostic kinésithérapique . . . . .

**TROUBLES VASOMOTEURS & TROPHIQUES**

**Oedème**

Caractère . . . . .

Chaud | Froid

Type . . . . .

Dur | Malléable (godet) | Mou | Resorbé

Localisation . . . . .

Sous-malléolaire | Extrémité du pied | Pied entier | Pied et jambe

Centimétrie

Côté sain    Côté lésé

20 cm au dessus genou . . . . .

10 cm au dessus genou . . . . .

Au genou . . . . .

15 cm en dessous genou . . . . .

Sus-malléolaire . . . . .

Base 5 ème Méta . . . . .

Diagnostic kinésithérapique . . . . .

**TROUBLES DE LA MOBILITE**

**Mouvements anormaux**

Latéralité . . . . .

Non | Oui

Tiroir . . . . .

Non | Oui

**Mobilité active genou**

Flexion (norme 130/150) . . . . .

( 1 )

Extension (norme -10/10) . . . . .

( 1 )

Rotation externe à 90° de flexion (norme 30/50) . . . . .

( 1 )

Rotation interne à 90° de flexion (norme 30/50) . . . . .

( 1 )

Diagnostic kinésithérapique . . . . .

**TROUBLES MUSCULAIRES**

**Evaluation musculaire simplifiée**

Muscles hypoextensibles . . . . .

Poplité | Tenseur du fascia lata | Adducteurs  
Quadriceps (droit antérieur) | Ischio-jambiers  
Rotateurs externes de genou | Rotateurs internes de genou  
Triceps sural

Muscles hypotoniques . . . . .

Abducteurs de hanche | Pelvi-trochantériens | Quadriceps  
Ischio-jambiers | Rotateurs externes de genou  
Rotateurs internes de genou

Muscles hypertoniques . . . . .

Adducteurs de hanche | Ischio-jambiers | Triceps sural

Diagnostic kinésithérapique . . . . .

**TROUBLES FONCTIONNELS**

Echelle de LYSHOLM - TEGNER . . . . .

Diagnostic kinésithérapique . . . . .

**VIE QUOTIDIENNE**

Activité la plus gênée (vie quotidienne ou prof.) . . . . .

**Vie courante**

Travail . . . . .

Arrêt de travail | Facile | Difficile | Impossible | Sans emploi | Ret  
Reprise du travail | Conges

Occupations . . . . .

Non perturbées | Légèrement perturbées | Moyennement perturbées

Bilan numéro :

Date :

Séances effectuées :

## PATIENT

## PRATICIEN

Nom / Prénom

Numéro assuré

**FICHE** 84

### Traumatologie genou

#### RUBRIQUES DE BILAN

#### VALEURS

	Très perturbées   Impossibles
Vie sociale .....	Normale   Légèrement perturbée   Moyennement perturbée
	Très perturbée   Impossible
<b>Diagnostic kinésithérapique</b> .....	
<b>TRAITEMENTS</b>	
<b>Traitements en période d'immobilisation</b> .....	Massages circulatoires à la racine du membre
	Travail à but circulatoire fléch./ext. des orteils
	Contractions statiques
	ischio-jambiers
	quadriceps (contre résistance proximale)
	triceps sural
	Mobilisations de la rotule
	Entretien musculaire
	grand fessier
	stabilisateurs bassin
	quadriceps
	ischio-jambiers
	Installation en déclive
	Travail de la déambulation adaptée à l'appui
<b>Traitements préventifs</b>	
Prévention des troubles circulatoires .....	Bas anti-thromboemboliques   Contraction des muscles des extrémités
	Massage circulatoire   Mobilisation des membres inférieurs
Prévention des troubles respiratoires .....	Exercices ventilatoires et désencombrement
Prévention des escarres .....	Apprentissage auto-contrôle position des membres
	Changement de position toutes les 2 - 3 heures
	Massage et surveillance des points d'appui
Verticalisation progressive .....	Non   Oui
Apprentissage des transferts .....	Non   Oui
<b>Douleur</b>	
Cryothérapie .....	Cold Pack et onde de choc   Cold pack   Entourage de glace pilée fondante
	Massage avec glace
Cryothérapie très basse température .....	Gazeuse   Hyperbare Gazeuse
Electrothérapie antalgique .....	Endomorphiniques   Laser   Laser + TENS   TENS
	TENS + Endomorphiniques
Ionophorèse (selon prescription) .....	Acide acétique 2% (-)   Anti-inflammatoires non stéroïdiens (-)
	Anti-inflammatoires stéroïdiens (-)   Chlorure de calcium 1% (+)
	Citrate de potassium 2% (-)   Iodure de potassium 1% (-)
	Salicylate de sodium 1% (-)   Sulfate de cuivre 2% (-)
	Sulfate de magnésium 25% (+)
Massage .....	Circulatoire   De Knap   Decontracturant   Du périoste de Vogler
	Myorelaxant   Ponctural   Transversal profond (MTP Cyriax)
<b>Oedème</b>	
Déclive .....	Diurne   Diurne et nocturne
Drainage .....	Lymphatique manuel   Lymphatique manuel localisé
	Lymphatique manuel sur zone d'engorgement
	Lymphatique manuel à distance
Pressothérapie .....	Par bandage compressif   Pneumatique intermittente
<b>Traitement de la raideur</b> .....	Contracté-relâché du quadriceps   Etirement des ischio-jambiers
	Massage décontracturant   Mobilisation manuelle de la rotule
	Mob. passive à l'arthromoteur (amplitude autorisée)
	Mobilisation activo-passive (amplitude autorisée)   Postures douces
<b>Renforcement musculaire</b> .....	En chaîne ouverte
	EMS d'éveil du quadriceps

Bilan numéro :

Date :

Séances effectuées :

**PATIENT**

**PRATICIEN**

Nom / Prénom

Numéro assuré

**FICHE** 84

**Traumatologie genou**

RUBRIQUES DE BILAN	VALEURS
	EMS agoniste-antagoniste simultanée
	Kabat
	Travail
	quadiceps statique libre
	quadiceps statique contre résistance proximale
	quadiceps dynamique
	ischio-jambiers concentrique puis exentrique
	triceps sural
	Glaçage en fin de séance
	En chaîne fermée
	Electromyo-stimulation fonctionnelle (EMS)
	Travail
	triceps
	quadiceps
	ischio-jambiers
<b>Rééducation proprioceptive</b> .....	En décharge
	En charge sur plan stable
	En charge sur plan incliné
	En charge sur plan instable
	plateaux type FREEMAN
	balance pad
	mini trampoline
	marche-pied oscillant
	Myolux
<b>Réhabilitation</b> .....	Personne âgée ou adulte non sportif
	Correction déroulement du pas
	Marche sur sol instable
	Franchissement obstacles et escaliers
	Recherche accroupissement
	Travail appui unipodal
	Sportif
	Sautillements sur sol stable puis instable
	Travail du saut, élan, réception
	Pliométrie
	Correction appui, déroulement pied (marche et course)
<b>Prévention - Conseils</b> .....	Glaçage lors de l'apparition d'hyarthrose
	Port de contention limitant les mécanismes lésionnels
	Orthèse de genou : protection limitée   Liste d'exercices à domicile
<b>COMMENTAIRES</b>	
<b>Commentaires</b> .....	

**Liste valeurs annexes au bilan**

( 1 ) Non | Oui