

Bilan numéro :

Date :

Séances effectuées :

**PATIENT**

**PRATICIEN**

Nom / Prénom

Numéro assuré

**FICHE** 83

**Genou ligamentaire (avec atteinte pivot central)**

**RUBRIQUES DE BILAN**

**VALEURS**

**DOULEURS**

**Impression d'insécurité à la marche** ..... Non | Oui

**Douleurs en charge**

Localisation douleur ..... Genou antérieur | Genou postérieur | Genou externe | Genou interne

Genou entier | Irradiation moitié supérieure de jambe

Irradiation moitié inférieure de cuisse | Sous-rotulienne

EVA .....

EVS ..... 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

Disparition de l'oedème

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<sup>ème</sup> Méta .....

**Diagnostic kinésithérapique** .....

**TROUBLES DE LA MOBILITE**

**Mouvements anormaux**

Latéralité ..... Non | Oui

Tiroir ..... Non | Oui

**Mobilité active genou**

Flexion (norme 130/150) ..... ( 1 ) C.I. Côté sain Côté lésé

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 )

**Mobilité active genou évaluation simplifiée**

Mouvements limités ..... Flexion | Extension | Rotation externe | Rotation interne

**Diagnostic kinésithérapique** .....

**LAXITES FEMORO-TIBIALES**

**Evaluation des ligaments latéraux**

Augmentation unilatérale de la laxité en valgus ..... Oui | Non

Augmentation unilatérale de la laxité en varus ..... Oui | Non

**Evaluation des ligaments croisés**

LCAE (Test de LARSON) ..... Positif (appréhension) | Négatif (pas d'appréhension)

LCAE (Test de TRILLAT-LACHMAN) ..... Positif (tiroir antérieur unilatéral) | Négatif (identique au côté sain)

LCAE (Tiroir antérieur) ..... Positif (tiroir antérieur unilatéral) | Négatif (identique au côté sain)

LCAE (Test de LEMAIRE / MAC INSTOSH / LOSEE) ..... Positif (ressaut en fin d'extension) | Négatif

LCPI (Tiroir postérieur) ..... Positif (tiroir postérieur unilatéral) | Négatif

**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

Bilan numéro :

Date :

Séances effectuées :

**PATIENT**

**PRATICIEN**

Nom / Prénom

Numéro assuré

**FICHE** **83**

**Genou ligamentaire (avec atteinte pivot central)**

RUBRIQUES DE BILAN	VALEURS
--------------------	---------

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  
Très perturbées | Impossibles

Vie sociale . . . . . Normale | Légèrement perturbée | Moyennement perturbée  
Très perturbée | Impossible

**Diagnostic kinésithérapique** . . . . .

**TRAITEMENTS**

**Traitements en période d'immobilisation** . . . . .

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	

**Traitements préventifs**

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

**Douleur**

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% (+)

Bilan numéro :

Date :

Séances effectuées :

**PATIENT**

**PRATICIEN**

Nom / Prénom

Numéro assuré

**FICHE**

**83**

**Genou ligamentaire (avec atteinte pivot central)**

RUBRIQUES DE BILAN	VALEURS
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>Hydarthrose</b>	
Cryothérapie .....	Cold Pack et onde de choc   Cold pack   Entourage de glace pilée fondante Massage avec glace
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% (+)
<b>Troubles de cicatrisation</b>	
Massage .....	Cicatriciel + SEF   Palpé-roulé / étirement / glissement Palpé-roulé avec dépression   Vacuothérapie
Physiothérapie .....	Electro-magnétothérapie   Ultrasons   Ultrasons continus Ultrasons pulsés
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% (+)
<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 adapté à lésion LCAE</b> .....	En chaîne ouverte EMS d'éveil du quadriceps EMS agoniste-antagoniste simultanée Kabat Travail quadiceps statique libre quadiceps statique contre résistance proximale quadiceps dynamique libre de 15 à 90° flexion ischio-jambiers concentrique puis exentrique des rotateurs externes des jumeaux Glaçage en fin de séance En chaîne fermée Electromyo-stimulation fonctionnelle (EMS) Travail triceps quadiceps ischio-jambiers
<b>Renforcement musculaire adapté à lésion LCPI</b> .....	En chaîne ouverte EMS d'éveil du quadriceps EMS agoniste-antagoniste simultanée Kabat Travail

Bilan numéro :

Date :

Séances effectuées :

**PATIENT**

**PRATICIEN**

Nom / Prénom

Numéro assuré

**FICHE** **83**

**Genou ligamentaire (avec atteinte pivot central)**

RUBRIQUES DE BILAN	VALEURS
	quadiceps statique libre
	quadiceps statique contre résistance maximale
	quadiceps dynam. contre résistance de 0 à 75° flexion
	ischio-jambiers exentrique puis concentrique
	des rotateurs externes
	des jumeaux
	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>Kinébalnéothérapie</b>	
Exercices de relâchement .....	Non   Oui
Exercices de gain d'amplitude .....	Non   Oui
Exercices d'équilibration .....	Non   Oui
Exercices de marche .....	Non   Oui
Hydrojet .....	Non   Oui
Aquagym .....	Non   Oui
<b>Prévention - Conseils</b> .....	Glaçage lors de l'apparition d'hydarthrose
	Port de contention limitant les mécanismes lésionnels
	Orthèse de genou : protection limitée   Liste d'exercices à domicile
	Précautions lors de marche en tout terrain et dévers
	Conduite automobile pas avant 1 mois
	Surveillance de l'hydarthrose liée aux activités
	Pas de sport dans l'axe avant 3 mois   Sport pivot, pas avant 4 à 6 mois
	Talonnette provoquant flessum genou au debut traitement

**COMMENTAIRES**

Commentaires .....

Bilan numéro :

Date :

Séances effectuées :

**PATIENT****PRATICIEN**

Nom / Prénom

Numéro assuré

**FICHE****83****Genou ligamentaire (avec atteinte pivot central)****RUBRIQUES DE BILAN****VALEURS**

Liste valeurs annexes au bilan

(1) Non | Oui