

Bilan numéro :

Date :

Séances effectuées :

PATIENT

PRATICIEN

Nom / Prénom

Numéro assuré

FICHE 85

Tendinopathies genou

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

DOULEURS

Déclenchement douleur

Inflammatoire Aucun | Intermittent diurne | Intermittent diurne / nocturne
Intermittent nocturne | Permanent

Mécanique Par mise en charge, appui ou compression | Par le mouvement
Par l'effort | En début d'effort | En fin d'effort seulement
Disparition douleur

Douleurs dans activités quotidiennes

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

Diagnostic kinésithérapique

TROUBLES VASOMOTEURS & TROPHIQUES

Aspect du genou

Hypertrophie graisseuse péri-rotulienne Non | Oui
Hypertrophie des extrémités osseuses Non | Oui
Kyste poplité Non | Oui
Gonflement Aucun | Chronique | Post-traumatique | Périodique
Recul de tubérosité tibiale antérieure Non | Oui

Amyotrophie Mesurée (cf. tableau) | Non mesurée (masquée par l'oedème)

Centimétrie Côté sain Côté lésé

20 cm au dessus genou
5 cm au dessus genou
15 cm en dessous genou

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)

Mobilité active genou évaluation simplifiée

Mouvements limités Flexion | Extension | Rotation externe | Rotation interne

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.)

Bilan numéro :

Date :

Séances effectuées :

PATIENT

PRATICIEN

Nom / Prénom

Numéro assuré

FICHE **85**

Tendinopathies genou

RUBRIQUES DE BILAN

VALEURS

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 phase aiguë

Prise de conscience et suppression gestes déclencheurs	Non Oui
Orthèse / Contention de raccourcissement	Non Oui
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% (+)
Electrothérapie antalgique	Endomorphiniques Laser Laser + TENS TENS TENS + Endomorphiniques
Infrasons sur contractures	Non Oui
Prévention - Conseils	Allonger l'échauffement Apprentissage gestes compensateurs Diminuer surcharge pondérale Diminuer ration protidique Entraînement sur sol mou Orthèse correctrice Stretching régulier Talonnettes absorbantes Augmenter hydratation

Traitements en phase chronique

Massage transversal profond	Non Oui
Mobilisation douce progressive	Non Oui
Etirements passifs et activo-passifs (non douloureux)	Non Oui
Ultrasons pulsés	Non Oui
Postures douces non douloureuses	Non Oui
Protocole de STANISH	Non Oui
Rééducation proprioceptive	Non Oui
Réentraînement à l'effort	Non Oui
Kinébalnéothérapie	Non Oui
Prévention - Conseils	Echauffement progressif Intégrer des étirements aux entraînements Intégrer des phases de récupération Talonnettes absorbantes

Traitements post-opératoires

Massages décontracturants	Non Oui
Electrothérapie antalgique	Endomorphiniques Laser Laser + TENS TENS TENS + Endomorphiniques
DLM et déclive	Non Oui
Décollement et assouplissement cicatrice	Non Oui
Mobilisation et postures manuelles douces anti-rétractions	Non Oui
Protocole de STANISH	Non Oui
Apprentissage marche à l'appui autorisé	Non Oui
Exercices sollicitants progressivement le tendon	Non Oui
Rééducation proprioceptive	Non Oui
Réentraînement à l'effort	Non Oui
Kinébalnéothérapie	Non Oui
Prévention - Conseils	Echauffement progressif Intégrer des étirements aux entraînements Intégrer des phases de récupération Talonnettes absorbantes

Bilan numéro :

Date :

Séances effectuées :

PATIENT**PRATICIEN**

Nom / Prénom

Numéro assuré

FICHE**85****Tendinopathies genou****RUBRIQUES DE BILAN****VALEURS****COMMENTAIRES****Commentaires**

Liste valeurs annexes au bilan

(1) Non | Oui