

+ Par Stéphane Evelinger et Xavier Dufour, directeur de l'Institut de Thérapie Manuelle et de Physiothérapie (ITPM)

« Dry needling » ou poncture sèche



Cette technique consiste en la stimulation d'un point gâchette par une aiguille très fine de type acupuncture dans le muscle.

Ainsi l'aiguille est introduite dans le muscle, après avoir passé la barrière cutanée, et le thérapeute réalise une stimulation mécanique de la zone. Aucun produit n'est utilisé, seule la stimulation mécanique est utilisée pour traiter ce point. Certains auteurs américains décrivent l'utilisation du Dry needling en traitement d'autres types de douleurs que les douleurs du syndrome myofascial.

Il existe plusieurs types de traitement avec ces aiguilles. Nous retrouvons le dry-needling profond, où l'aiguille est introduite dans le corps du muscle, le dry needling superficiel, où les aiguilles stimulent le tissu cutané de la zone de référence et l'électrostimulation intramusculaire, qui consiste à faire circuler un courant TENS entre des aiguilles introduites dans le corps musculaire.

Comment est-ce antalgique ?

On retrouve plusieurs théories pour expliquer l'action antalgique. La théorie intégrative est la plus communément admise. Dans cette théorie la formation d'un point gâchette est liée à la non réabsorption du calcium lors de la contraction. Cette augmentation de la contraction va entraîner une augmentation du métabolisme associé notamment à une inflammation locale, ce qui va provoquer une augmentation locale de la douleur mais également une sensibilisation centrale et périphérique. Le fait d'introduire une aiguille va permettre un apport en oxygène et une augmentation de la vascularisation permettant ainsi de réduire l'inflammation et de diminuer la tension musculaire. Lors du traitement à l'aiguille nous pouvons déclencher une secousse musculaire localisée au cordon musculaire.

L'utilisation de cette technique fait suite à un bilan qui va permettre de poser l'indication. L'indication principale est en lien avec une douleur myofasciale.

On retrouve ces douleurs et son utilisation dans de nombreuses pathologies comme la cervicalgie ou la lombalgie par exemple. L'utilisation du dry-needling présente des contre-indications générales (grossesses...) ou spécifiques (présence de matériel...) et nécessite le consentement éclairé du patient qui fait suite à des informations loyalement données.

Les kinés ont-ils le droit de pratiquer cette technique ?

Le Conseil National de l'Ordre a pris un AVIS le 13 JUIN 2018 MODIFIANT L'AVIS DU 14 JUIN 2017 RELATIF A LA PRATIQUE PAR UN KINESITHERAPEUTE DE LA « PUNCTURE KINESITHERAPIQUE PAR AIGUILLE SECHE »*.

Dans le cadre de la prise en charge des patients, le kinésithérapeute/physiothérapeute met en œuvre dans sa pratique quotidienne des moyens manuels et instrumentaux adaptés à l'évolution des sciences et techniques. Parmi les techniques de physiothérapie destinées à obtenir un effet de relaxation neuromusculaire et antalgique la « puncture kinésithérapique par aiguille sèche* » est communément utilisée par les physiothérapeutes de nombreux pays.

Sa mise en œuvre nécessite la réalisation d'un diagnostic kinésithérapique, sans préjudice de l'établissement d'un diagnostic médical. Elle impose comme tout traitement l'accord préalable du patient qui doit être informé sur le protocole mis en œuvre, l'efficacité et les risques de cette technique dont le caractère invasif reste proportionné au but. Le choix du patient d'interrompre les soins devant être respecté à tout moment.

L'utilisation d'aiguilles sèches stériles vise exclusivement la peau ou le tissu musculaire elle ne poursuit aucun but de prélèvement ou d'injection.

Seul le kinésithérapeute ayant validé un cursus de formation complémentaire** à celui de sa formation initiale peut réaliser la « puncture kinésithérapique par aiguille sèche », après avoir réalisé son bilan diagnostic kinésithérapique, avoir élaboré avec le patient la stratégie thérapeutique, notamment l'évaluation du rapport bénéfice/risque, et avoir obtenu le consentement du patient.

+ Par Xavier Dufour, directeur de l'Institut de Thérapie Manuelle et de Physiothérapie (ITPM)



Xavier Dufour, directeur de l'Institut de Thérapie Manuelle et de Physiothérapie (ITPM)

Le contenu du cursus de formation nécessaire à la mise en œuvre de cette technique est déterminé par le collège de la masso-kinésithérapie. Le programme de référence de la formation a été établi et validé par une commission d'experts auprès du CMK, Collège de la Masso-Kinésithérapie représentant les différents courants présents en France. Le prérequis d'une formation de trigger points a été retenu pour homogénéiser le niveau de départ des participants et faciliter l'acquisition des connaissances de l'ensemble des participants.

La formation permet ainsi de se concentrer sur la technique spécifique et non l'apprentissage des point gâchettes.

Comment se passe la formation ?

Précisons que les décisions ont été prises lors de réunions organisées par le CNOMK et le CMK avec la majorité des organismes de formation. Tous ceux qui tiennent des propos différents déforment la réalité de ce qui s'est passé pendant ces réunions.

La formation comporte 50 heures réparties sur 3 séminaires :

Séminaire 1 - module initial : 3 jours soit 21 heures

Séminaire 2 - quadrant supérieur et tronc : 2 jours soit 15 heures

Séminaire 3 - quadrant inférieur : 2 jours soit 14 heures

A l'issue de cette formation, un examen de certification sera réalisé par le CMK de façon indépendante des organismes de formation pour une validation pleine et entière de la capacité à pratiquer le traitement des points gâchettes par dry needling. L'examen de compétence doit être réalisé dans un délai maximum de 4 ans après le début de la formation.

Au sein d'ITMP, nous avons participé avec l'ensemble des organismes de formation au réunions organisées et sommes heureux d'avoir contribué à un consensus obtenu par les différentes parties. La formation est réalisée par nos formateurs experts qui pratiquent le dry needling notamment dans un centre antidouleur depuis de nombreuses années.

Lors de la formation chaque participant dispose d'un kit de formation qui lui permet de pratiquer rapidement après sa formation et de supports de formation imprimés, en couleur qui lui permettent réinvestir, auprès des patients, les connaissances acquises pendant les séminaires.

Le tarif de la formation est de 1.600 €, quand d'autres organismes vont de 1.740 € à 2400 €.