

Amélioration de l'évaluation, du traitement et de la prise en charge de la douleur dans le cadre d'une poussée aiguë de la lombalgie.

Concepteur :

BILLON Jérémie, MKDE, Coufouleux / Gaillac (81)

Descriptif :

La Haute Autorité en Santé (HAS) définit la « lombalgie » comme étant une douleur située entre la charnière thoraco-lombaire et le pli fessier inférieur. Elle peut être associée à une radiculalgie correspondant à une douleur d'un ou des deux membres inférieurs au niveau d'un ou plusieurs dermatomes.

Nous nous intéresserons, et parlerons, lors de cette formation de la « **poussée aiguë de lombalgie** » plutôt que d'utiliser le terme de lombalgie aiguë afin d'englober les douleurs aiguës avec ou sans douleur de fond préexistante, nécessitant une intensification temporaire des traitements ou entraînant une diminution temporaire des capacités fonctionnelles.

Le bilan de départ, par son interrogatoire, ses tests et ses mobilisations, doit être réalisé avec sérieux, afin d'éliminer les signes d'alertes, encore appelés drapeaux rouges. Il permettra de réaliser un diagnostic kinésithérapique précis, point de départ à une prise en charge optimale.

Outre un rappel anatomique succinct, un point sur l'épidémiologie, cet enseignement, a pour objectif de donner des outils pratiques permettant de réaliser une prise charge efficace de la douleur aiguë dans le cadre d'une lombalgie. Nous y aborderons une partie « passive » tel que, le traitement des points gâchettes mais aussi, et surtout, une partie « active » où l'activité physique aura un rôle central. Nous n'oublierons pas de faire un point sur les conseils avisés à donner à son patient, qui permettront de le rassurer sur l'évolution de sa poussée aiguë.

Cette formation a été conçue par un masseur-kinésithérapeute libéral, prenant en charge un grand nombre de patients lombalgiques (aigues ou chroniques) depuis plus de 10 ans et ayant développé des connaissances dans la prise en charge de ce type de suivi.

Objectifs :

Cette formation est destinée aux masseur-kinésithérapeutes, afin de leur exposer le processus de diagnostic et de prise en charge d'un patient douloureux lors d'un épisode de poussée aiguë de lombalgie, tout en étant capable d'écarter les signes d'alertes.

Les objectifs de la formation se déclinent en plusieurs points :

- Questionner, mesurer et améliorer sa pratique grâce à l'audit clinique au début et à la fin de formation

- Mettre à jour ses connaissances anatomiques et épidémiologiques sur le sujet
- Émettre un diagnostic kinésithérapique de qualité, en étant capable d'écarter les signes d'alertes
- Obtenir les clés d'une prise en charge « passive » efficace
- Réussir à placer l'activité physique au cœur de la prise en charge même en phase douloureuse aiguë.
- Savoir conseiller et rassurer le patient sur sa pathologie et son évolution.

Contenu :

L'enseignement s'articulera en 4 parties, divisées en 11 modules.

Cette formation est développée en programme intégré : formation continue et évaluation des pratiques professionnelles.

La première partie débute par de l'évaluation des pratiques professionnelles sous forme d'audit clinique. Il s'agit d'une confrontation autonome qui permet d'observer les écarts entre la pratique réelle et la pratique attendue ou recommandée à partir de critères d'évaluation. Chaque apprenant devra donc sélectionner dix dossiers médicaux de sa patientèle en fonction de critères détaillés sur la grille d'audit en annexe.

C'est cette première analyse qui permettra au professionnel de santé de sélectionner, en autonomie plusieurs actions d'amélioration à mettre en place dans l'exercice de sa pratique et donc construire son plan d'amélioration.

Elle se compose ensuite de deux parties en formation continue, elles-mêmes découpées en modules, avec des études de cas concrets sous forme de QCM à chaque fin de partie pour permettre la mobilisation des connaissances acquises par l'apprenant.

La dernière partie de la formation traitera de la réévaluation des pratiques professionnelles afin d'observer l'impact des mesures d'amélioration mises en place par le professionnel de santé grâce à la même grille d'audit soumise en début de formation. L'apprenant devra donc sélectionner à nouveau 10 dossiers médicaux sur la base de critères définis sur la grille d'audit en annexe.

Les résultats sont analysés automatiquement, ce qui permet au professionnel de santé de cibler le ou les critères d'évaluation sur lesquels il doit encore s'améliorer.

Afin d'accompagner au mieux les apprenants dans la traçabilité de leurs actions d'amélioration, nous leur mettons à disposition de manière facultative la possibilité de réévaluer leurs pratiques professionnelles à 6 et 12 mois après la fin de la formation.

Enfin, un forum est à disposition permanente des apprenants, permettant toute interaction entre eux mais aussi avec le formateur afin de discuter utilement des écarts de pratiques observés. Une messagerie est aussi disponible pour des échanges privés entre formateur et apprenant.

Évaluation des pratiques professionnelles et formation continue ont comme finalité commune de faire évoluer la pratique pour améliorer la qualité et la sécurité des soins. La formation continue et l'EPP adoptent des approches complémentaires.

Articuler activités de formation et processus d'évaluation de pratiques représente une évolution pédagogique de la formation en santé qui invite à porter, dans un premier temps, un regard neuf sur le processus d'évaluation en contexte de formation, et, dans un deuxième temps, à interroger le sens de l'évaluation dans une perspective d'amélioration des

pratiques professionnelles en santé.

-- La durée totale de la formation est estimée à 7 heures --

Sommaire de la formation :

PARTIE A : Évaluation des pratiques professionnelles : audit clinique

- Module 1 : Description de l'audit clinique, critères de sélection des dossiers patients et réponses des apprenants
- Module 2 : Mesure et analyse des écarts : sélection d'actions d'amélioration

PARTIE B : Généralités sur la « poussée aiguë lombalgique »

- Module 1 : Rappels anatomiques orientés
- Module 2 : Données épidémiologiques, études et recommandations
- Module 3 : Douleur aiguë : causes (types), mécanismes et traitements
- Module 4 : Focus théoriques sur les points gâchettes (actifs et latents)

PARTIE C : Prise en charge d'un patient en « poussée aiguë de lombalgie »

- Module 1 : Le bilan d'entrée masso-kinésithérapique
 - Interrogatoire : Introduction au raisonnement clinique
 - Exclure les signes d'alertes / Niveau de préoccupation Finucane 2020
 - Observer : la position antalgique nous en dit beaucoup
 - Évaluer la douleur avec précision
 - Analyser les perturbations musculaires : Points gâchettes et Tenders points
 - Analyser les perturbations nerveuses : centrale et périphérique
 - Analyser le retentissement fonctionnel
- Module 2 : Prise en charge « passive » de la douleur
 - Repérer et traiter les points gâchettes actifs et les tenders points.
 - Auto-traitement de ces points
 - Quelles mobilisations ? L'articulation coxo-fémorale, une mobilité à restaurer
- Module 3 : L'activité physique : clé de voûte du traitement antalgique
 - Définition de l'activité physique
 - Rôle sur la douleur
 - Quels exercices proposés ? (Gainage Dynamique et Proprioceptif...)
 - Focus sur le Pilates et son activation du Transverse
 - Le discours : Comment obtenir l'adhésion du patient à l'activité physique en phase aiguë ?
- Module 4 : Éducation thérapeutique à la douleur
 - Les croyances des patients
 - Les conseils à donner
 - Éviter la chronicité

PARTIE D : Réévaluation des pratiques professionnelles : audit clinique

- Module 1 : Réévaluation des pratiques professionnelles : audit clinique

DETAIL DE LA FORMATION

PARTIE A : Évaluation des pratiques professionnelles : audit clinique (2h30)

Module 1 : Description de l'audit clinique et réponses des apprenants

Objectifs : Évaluer sa pratique sur la base d'une grille d'audit et de dossiers patients.

Contenu : Grille d'audit composée de 12 critères d'évaluation. Le niveau d'atteinte de chaque critère d'évaluation est calculé à partir de données cliniques recueillies de façon **rétrospective**, par analyse des dossiers de patients. Dix dossiers doivent au minimum être pris en compte.

Durée : 90 minutes.

Module 2 : Mesure et analyse des écarts : sélection d'actions d'amélioration

Objectifs : Visualiser et analyser les écarts constatés entre la pratique réelle observée et la pratique attendue ou recommandée. Mettre en place des actions d'amélioration.

Contenu : Identification des différentes causes des écarts : professionnelle, institutionnelle, organisationnelle, personnelle. Définition des actions d'amélioration en fonction de la gravité des écarts et de la nature des actions à mettre en œuvre accompagnées de leur date de mise en place. Les actions pourront être de nature informative, formative, matérielle, organisationnelle.

Durée : 60 minutes.

PARTIE B : Généralités sur la « poussée aiguë lombalgique » (55min)

Cette partie divisée en 4 modules, aborde les généralités de la poussée aiguë lombaire pour poser les bases de la réflexion et réaffirmer le bloc de connaissances indispensables pour réaliser un traitement optimal.

Module 1 : Rappels anatomiques orientés (10 min)

Objectifs : Revoir les principales structures composantes ou ayant une interaction avec la région lombaire

Contenu : Représentation du système anatomique de la région lombaire, du bassin et des coxo-fémorales.

Format : Diaporama dynamique (motion design)

Module 2 : Données épidémiologiques, études et recommandations (20 min)

Objectifs : Connaître les chiffres actuels de la poussée aiguë lombaire dans la population Française et Internationale

Connaître l'impact de cette pathologie dans le monde du travail.

Connaître les dernières conclusions des études sur le sujet

Prendre en compte et mettre en pratique les recommandations de la Haute Autorité en Santé (HAS)

Contenu : Revues de littérature, rapports par l'Assurance maladie, parution HAS

Format : Diaporama dynamique (motion design)

Module 3 : Douleur aiguë : causes, mécanismes et traitements (10min)

Objectifs : Connaître les mécanismes généraux de la douleur

Déterminer les causes (types) principales de la douleur lombaire aiguë

Revoir les traitements médicamenteux antalgiques

Contenu : Description des voies nerveuses de la douleur et leur intégration au niveau central. Prendre en compte les recommandations de la HAS en termes de médicament.

Format : Diaporama dynamique (motion design)

Module 4 : Focus théoriques sur les points gâchettes (actifs et latents) (15 min)

Objectifs : Connaître la théorie sur les points gâchettes

Savoir faire la différence entre un point actif et latent

Savoir faire la différence entre un point gâchette et un tenders point.

Contenu : Description anatomique de chaque point et de leur spécificité.

Format : Diaporama dynamique (motion design)

Évaluation de l'acquisition de connaissances en fin de partie sous la forme de QCM.

PARTIE C : Prise en charge d'un patient en « poussée aiguë de lombalgie » (2h05)

Cette partie, divisée en 4 modules, présente les points essentiels et attendus lors du bilan kinésithérapique et de la prise en charge de la douleur par le thérapeute. L'utilisation de techniques passives associées à la prescription d'activité physique, viendront aider la récupération spontanée de ce type de poussée aiguë. Le dernier module permettra d'éduquer le patient sur son phénomène douloureux et le rassurer, le cas-échéant, à l'aide d'un discours bienveillant.

Module 1 : Le bilan d'entrée masso-kinésithérapique (40min)

Objectifs : Connaître et exclure les patients présentant des signes d'alertes

Acquérir une démarche diagnostic :

- Interrogatoire : Obtenir les bases du raisonnement clinique
- Savoir quoi observer
- Évaluer la douleur avec précision
- Analyser les perturbations musculaires : Points gâchettes et Tenders point
- Analyser les perturbations nerveuses : centrale et nerveuse
- Analyser le retentissement fonctionnel

Contenu : S'appuyer sur la théorie et sur des réflexes d'évaluation pour permettre de poser un diagnostic précis.

Format : Diaporama dynamique (motion design)

Module 2 : La prise en charge « passive » de la douleur (30min)

Objectifs : Repérer et traiter les points gâchettes actifs et les tenders points

Savoir expliquer à son patient l'Auto-traitement de ces points. Connaître les mobilisations à faire pour soulager son patient

Contenu : Vidéos

Format : Vidéos et Diaporama dynamique (motion design)

Module 3 : L'activité physique : clé de voûte du traitement antalgique (40min)

Objectifs : Connaître le rôle de l'activité physique sur la douleur

Connaître les exercices, à prescrire, permettant de diminuer la douleur du patient.

Avoir un discours cohérent permettant l'adhésion du patient au protocole actif

Contenu : Ce module permet grâce à des explications théoriques et des vidéos de placer l'activité physique au cœur de la prise en charge du patient en phase aiguë.

Format : Vidéos et Diaporama dynamique (motion design)

Module 4 : L'Éducation Thérapeutique à la douleur (15min)

Objectifs : Connaître les croyances des patients et savoir argumenter pour lutter contre Apprendre au patient les bons réflexes pour éviter la chronicité.

Contenu : Relater le discours entendu en cabinet de la bouche des patients et s'appuyer sur la science pour avoir un discours cohérent.

Format : Diaporama dynamique (motion design)

Évaluation de l'acquisition de connaissances en fin de partie sous la forme de QCM.

PARTIE D : Réévaluation des pratiques professionnelles : audit clinique (1h30)

Module 1 : Réévaluation des pratiques professionnelles

Objectifs : Réévaluer sa pratique. Suivre l'impact des mesures d'amélioration.

Contenu : Réévaluation des pratiques sur la base des mêmes critères d'évaluation et des mêmes modalités qu'à l'audit initial sur 10 dossiers **rétrospectifs**. Les apprenants auront accès à cet audit **seulement 3 mois, au plus tôt, après avoir complété la formation continue**. Cette réévaluation permet de suivre l'efficacité des actions d'amélioration des pratiques mises en œuvre.

Durée : 90 minutes.