

Les vulvodynies provoquées

1,5 jour, soit 11 heures en présentiel
avec Alexandrine CLOSE

Formation réservée aux Masseurs-Kinésithérapeutes DE et Physiothérapeutes francophones

OBJECTIFS :

Pourtant encore trop méconnue du grand public et du corps médical, la vulvodynie provoquée, ou syndrome douloureux vulvaire, est un trouble à part entière faisant partie des douleurs pelviennes chroniques. Malgré une prévalence d'environ 16% de la population féminine, toutes ethnies confondues, seulement 50% arrivent à l'étape de la consultation et un pourcentage bien plus faible est alors diagnostiqué.

Dans notre pratique quotidienne en rééducation pelvi-périnéale, un certain nombre de patientes se plaignent de douleur vulvaire sans pour autant avoir reçu un diagnostic médical ou même avoir osé en parler.

Être à l'écoute de la patiente et de sa souffrance physique et psychique, mettre un mot sur sa douleur, lui redonner confiance en elle, améliorer l'estime d'elle-même, lui permettre d'accéder à nouveau à une sexualité satisfaisante et lui annoncer la possibilité d'un traitement par la kinésithérapie vont lui permettre d'avancer vers la guérison. L'entourer de conseils sur sa sexualité est primordial dans notre prise en charge.

Les guidelines recommandent la kinésithérapie comme traitement de première ligne de la vulvodynie.

Les objectifs de cette formation sur la vulvodynie provoquée consistent à :

- comprendre la pathologie et ses conséquences biopsychosociales et pouvoir les expliquer à la patiente ;
- pouvoir effectuer le diagnostic de la pathologie en rédigeant une anamnèse complète et détaillée et en réalisant le test validé du coton-tige ;
- exécuter le traitement physique comprenant massage de la zone douloureuse, prise de conscience et relaxation du périnée ;
- identifier le phénomène d'hypersensibilisation périphérique et centrale ;
- comprendre la place et l'intérêt des techniques instrumentales (BFB et ESF) ;
- améliorer l'éducation sexuelle pour accéder à nouveau à une sexualité satisfaisante ;
- mettre en place un programme d'exercices à domicile ;
- aborder les cas de clitorodynie, lichen, adhérences clitoridiennes ;
- sessions pratiques : étudier des cas cliniques et dossiers des participants.

PROGRAMME :

- **Jour 1 : Alexandrine CLOSE**
09h *Accueil des participants*

9h30 **Définition de la vulvodynie :**
 - ISSVD (International Society for Study of Vulvar Disease)
 - Historique de la vulvodynie
 - Classements et sous-types

PROGRAMME

- Caractéristiques et spécificités
- Physiopathologie
- Cercle vicieux
- Liens avec la littérature scientifique

11h **La douleur de la vulvodynie :**

- Chevauchement de douleurs chroniques
- Douleurs pelviennes chroniques
- Hypersensibilisations périphériques et centrale
- Liens avec la littérature scientifique

12h30 *Déjeuner*

14h **Anamnèse :**

- Anamnèse générale
- Anamnèse comportementale
- Critères de diagnostic
- Bilan de la douleur
- Questionnaires validés
- Bilan sexologique

16h **Prise en charge rééducative :**

- Anatomie
- Explication de la pathologie et lien avec le vaginisme 2aire
- Examens clinique et diagnostic :
 - o Evaluation des MPP
 - o Test du coton-tige (vidéo à l'appui)

18h *Fin de la journée*

• **Jour 2 : Alexandrine CLOSE**

09h **Suite prise en charge rééducative**

- Objectifs de la rééducation
- Moyens de rééducation :
 - o Supports
 - o Techniques globales
 - o Techniques manuelles (vidéo à l'appui)
 - o Techniques d'insertion (vidéo à l'appui)
 - o Intérêt du biofeedback
 - o Auto-massage
 - o Conseils sexologiques
- Progression de traitement
- Cas de la clitorodynie, du lichen, des adhérences clitoridiennes

10h30 **Pratique**

- Test du coton-tige
- Techniques de rééducation manuelle
- Techniques d'insertion à l'aide de dilateurs vaginaux

12h **Etude de cas pratiques apportés par les participant.e.s**

12h30 *Fin de la formation*

METHODOLOGIES :

Méthodes pédagogiques mises en œuvre :

Le format retenu pour cette formation est le format présentiel dans un même temps et un même lieu, ce qui permet le contact direct entre le formateur et les stagiaires, en s'appuyant sur les différentes méthodes pédagogiques ci-dessous, employées en alternance, au fur et à mesure du déroulement de la formation :

- **Méthode participative - interrogative** : les stagiaires échangent sur leurs pratiques professionnelles, à partir de cas cliniques et des résultats des évaluations avant formation.
- **Méthode expérientielle** : modèle pédagogique centré sur l'apprenant et qui consiste, après avoir fait tomber ses croyances, à l'aider à reconstruire de nouvelles connaissances.
- **Méthode expositive** : le formateur donne son cours théorique, lors de la partie cognitive.
- **Méthode démonstrative** : le formateur fait une démonstration pratique, sur une stagiaire ou un modèle anatomique de simulation, devant les participants lors des TP.
- **Méthode active** : les stagiaires reproduisent les gestes techniques entre elles par binôme dans le respect des règles déontologiques, ou un modèle anatomique de simulation.

Afin d'optimiser la mise en œuvre de ces méthodes, les supports et matériels mis à disposition sont :

- Projection PPT du cours
- Polycopié en version numérique reprenant le PPT
- Pratique dans les conditions d'un cabinet de kinésithérapie spécialisé en périnéologie, avec tout le matériel nécessaire, pour les traitements en manuel : table, consommables (draps d'examen, gants, gel...), modèle anatomique de simulation, etc...

Type d'évaluation pratiquée par l'organisme de formation :

- Évaluation des connaissances et pratique professionnelle avant la formation par QCM
- Evaluation théorique et pratique par le formateur tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

FORMATRICE :

Alexandrine CLOSE

- Kinésithérapeute diplômée à l'IES Parnasse - Bruxelles
- DESS en Pelvi Périnéologie à l'IES Parnasse Bruxelles
- Certificat Universitaire en Sexologie Clinique Appliquée - UCL Louvain-la-Neuve
- Du Douleurs pelviennes chroniques - Nantes
- Clinique St Jean à Bruxelles : Service de rééducation pelvi-périnéale et sexologique (Clinique du Périnée) & Service de révalidation en sénologie (Clinique du Sein et Clinique du Cancer)
- Membre du CA de Convergences-PP
- Membre de l'ESSM, de la SSUB