

Thérapie des trigger points myofasciaux Cours A1

- Thème:** Introduction à la thérapie des trigger points myofasciaux et au Dry Needling
- Objectifs:** les participants apprennent à différencier les douleurs provoquées par le myofascial et les troubles fonctionnels du système locomoteur des autres causes de problèmes neuro-musculo-squelettiques et à poser un diagnostic différentiel. Ils connaissent les causes des modifications physiopathologiques des structures myofasciales et peuvent traiter celles-ci de manière ciblée et adéquate (dans les zones des épaules, de la nuque et du tronc) à l'aide de techniques manuelles et du Dry Needling.
- Contenu:**
- Théorie:** Le concept des trigger points
- Explication des termes: trigger point (TrP), trigger point myofascial (m TrP), referred pain, TrPs latents/actifs, TrPs primaires, TrPs secondaires, TrPs satellites, syndrome de la douleur myofasciale primaire/secondaire
 - Modèles cliniques de l'activité trigger point des muscles des épaules, de la nuque, du tronc et des fessiers
 - Critères de diagnostic, fiabilité inter-testeur, prévalence des mTrPs
 - Physiopathologie mTrPs Études
 - Étiologie : mécanismes de déclenchement et d'activation
 - Indications /contre-indications
 - Diagnostics différentiels
 - Raisonnement clinique/stratégies de traitement
- Pratique:**
- méthodes d'examen (screening-tests, palpation)
 - Techniques de traitement manuel et Dry Needling (musculature des épaules, de la nuque, du tronc et des fessiers)
- Direction:** Dr. méd. Vincent Amstutz, spéc. FMH médecine générale, instructeur IMTT, Le Landeron
Mme Michelle Jaquet Fertek, physiothérapeute du sport MAS, assistante IMTT, Neuchâtel
- Admission:** Médecins suisses et étrangers (membre SAMM ou IMTT non obligatoire)
- Lieu:** Centre Loewenberg, Morat
- Date:** Jeudi 25 au dimanche 28 juin 2026
- Tarifs:** CHF 1'990.- y inclus pauses boissons et déjeuner (sous réserve d'adaptation du tarif)
CHF 2'353.- y inclus nuitée en chambre individuelle, pension complète
- Crédits:** La durée complète de la formation est créditée (**SAMM 32 Credits, SEMS 20 Credits**)
- Inscription:** SAMM, Kolumbanstrasse 2, 9008 St. Gallen
www.samm.ch/fr/formation-continue/, Tél 071 246 51 00, info@samm.ch
- Conditions-d'annulation:** À l'annulation, 50% du tarif 30 jours avant le début du cours, 80% du tarif 12 jours avant le début du cours, 100% du tarif 6 jours avant le début du cours

Je m'inscris au cours « thérapie des trigger points A1 » du 25 au 28 juin 2026

☐ avec nuitée/restauration Fr. 2'353.- (sous réserve d'adaptation du tarif) ☐ sans nuitée Fr. 1'990.-

Nom / Prénom:

Rue:

NPA / Lieu:

Téléphone:

E-Mail:

Signature:

La douleur myofasciale

Les douleurs et les troubles fonctionnels du système locomoteur peuvent avoir différentes causes.

La musculature en tant que première cause de douleur et de limitations fonctionnelles a longtemps été négligée. Aux USA, Janet Travell et David Simons ont principalement placé la musculature au centre de leur travail scientifique: elle a en effet une énorme influence sur les troubles de l'organe locomoteur et peut provoquer à la fois des douleurs aiguës et chroniques. Travell et Simons montrent que les «trigger points myofasciaux» qu'ils ont décrits sont très souvent un facteur pathologique de première importance responsable des douleurs et des limitations fonctionnelles du système neuro-musculo-squelettique.

Après une surcharge ou une distension traumatique, le muscle présente souvent des zones caractérisées par une hypoxie. La déficience en oxygène peut empêcher la séparation des filaments d'actine et de myosine dans certaines zones (rigor complex). Ces zones malades du muscle sont palpables (trigger points): une pression provoque une douleur qui se propage souvent dans d'autres régions du corps (referred pain). Mais en plus de la douleur, les trigger points peuvent également causer des paresthésies, des faiblesses musculaires sans atrophie primaire, une limitation des mouvements, des troubles proprioceptifs avec dégradation de la coordination et des réactions végétatives autonomes.

La somme de tous les symptômes déclenchés par les trigger points actifs est désignée par le terme de «syndrome myofascial» (MFS).

Une thérapie appropriée permet généralement de guérir totalement cette pathologie musculaire – et ce même après plusieurs années.

Thérapie des trigger points

La thérapie manuelle des trigger points transforme les découvertes de Travell et Simons en une méthode thérapeutique manuelle.

Les patients souffrant de douleurs chroniques présentent souvent une modification et un raccourcissement des fascias. Beat Dejung a perfectionné le concept de traitement des trigger points. Il commença à employer des techniques manuelles pour traiter les trigger points mais aussi les fascias. Aujourd'hui, notre concept de traitement se compose d'un programme (swiss approach) systématiquement ordonné en 6 étapes: quatre techniques manuelles complétées par des mesures de détente/étirement et un renforcement fonctionnel de la musculature.

Le traitement avec des aiguilles d'acupuncture des trigger points myofasciaux appelé «Dry Needling» apporte un complément appréciable aux techniques manuelles.

Les Trigger points

une cause souvent négligée des douleurs aiguës et chroniques