



# DESCRIPTIF & PROGRAMME

## ÉCHOGRAPHIE ET CLINIQUE DES PRINCIPALES LÉSIONS MUSCULAIRES DU MEMBRE INFÉRIEUR NIVEAU 2

3 jours, soit 22h15 heures en présentiel

Tarif de la formation : 1200€ TTC

Prise en charge éventuelle par le DPC pour les médecins et FIFPL pour les Kinésithérapeutes

Pour une prise en charge par l'employeur contactez-nous par mail : [contact@echoacademie.com](mailto:contact@echoacademie.com)

### Formation réservée aux :

- Médecins du sport, médecins généralistes, médecins MPR
- Kinésithérapeutes diplômés
- Manipulateur en radiologie
- Tous praticiens autorisés à pratiquer l'échographie et désirant apprendre à examiner les blessures musculaires

### Pré requis:

***Ce cours nécessite d'avoir déjà suivi une formation initiale en échographie ostéo-articulaire***

### Description du cours

Dans cette formation ***pratique et théorique*** de 3 jours, nous vous proposons d'aborder avec rigueur l'évaluation des lésions musculaires. Nous verrons comment faire un ***examen clinique rigoureux couplé à un examen échographique méticuleux*** tel qu'il est pratiqué en cabinet. L'écho-anatomie de la structure musculaire sera développée. L'analyse du ***squelette conjonctif*** sera détaillée. Les ***classifications*** musculaires seront abordées. Les ***sites lésionnels préférentiels*** des divers groupes musculaires seront répertoriés.

Ainsi, vous examinerez plus sereinement un patient se présentant dans votre structure de soins et vous pourrez donc lui proposer un plan de traitement adapté.

### Nombre de maximal de participants

EchoAcademie fixe un maximum de 3 participants par échographe disponible et un groupe constitué d'un maximum de 15 participants par enseignant.

### Objectifs pédagogiques

- ***Comprendre et connaître:***
  1. La physiopathologie de la lésion musculaire
  2. Les facteurs de risque des lésions musculaires
  3. L'écho-anatomie du squelette conjonctif de chaque muscle
  4. Les classifications et leurs intérêts
  5. Les sites lésionnels préférentiels
  6. Les différents patho-mécanismes et principaux tableaux cliniques



- **Réaliser un examen clinique et échographique précis pour dépister une lésion musculaire**
  1. Tests cliniques
  2. Examen échographique
  3. Utilisation des classifications
  4. Connaître les principaux diagnostics différentiels
- **Orienter/Traiter**
  1. Traitement conservateur (plan de RTP)
  2. Traitement Chirurgical
- **Suivre l'évolution du patient**
  1. Évolution de la lésion en intégrant l'échographie dans la prise de décision du RTP

### Moyens pédagogiques et techniques

- 1 ou 2 formateurs docteur en médecine et/ou kinésithérapeute du sport
- 1 salle mixte (salle de cours et de pratique) avec **accès PMR obligatoire**
- 3 stagiaires maximum par échographe pour la pratique
- Projection de diaporama sur vidéoprojecteur ou sur écran TV
- Démonstration pratique sur un échographe
- Support de cours papier et/ou digital pour les stagiaires
- Manuel d'étude comprenant les tâches à réaliser avant et après la formation

### Compétences visées

#### 1. **Compétences théoriques**

**1.1** Connaître le **canevas conjonctif** de chaque muscle ainsi que **les Sites Lésionnels Préférentiels (Topographie)** afin de pouvoir utiliser **les classifications (sévérité) et planifier le traitement à suivre** en fonction du **temps de RTP** estimé

#### 2. **Compétences pratiques**

**2.1 Examen clinique** rigoureux (Interrogatoire, contraction, étirement palpation)

**2.2** Analyse échographique méticuleuse des **Sites Lésionnels Préférentiels** selon le groupe musculaire étudié

### Évaluations

Trois évaluations vous seront proposées sur le contenu de la formation :

1. **Évaluation initiale** : Une évaluation avant le début de la formation vous permet de vous situer avant l'accès à la formation.
2. **Évaluation finale** : Une évaluation à l'issue de la formation mesure les connaissances acquises lors de la formation.
3. **Évaluation à posteriori** : Évaluation dite « à froid » qui mesure l'impact de cette formation dans votre pratique quotidienne. Cette dernière vous sera envoyée 2 mois après la formation. Nous vous serions reconnaissants de bien vouloir en tenir compte, car cette évaluation nous permet d'apprécier l'impact que notre formation sur votre pratique et nous offre la possibilité de l'améliorer.



<b>Temps d'étude</b>	<b>Jour 1</b>	<b>Jour 2</b>	<b>Jour 3</b>
Travail préparatoire par jour	2h	2h	1h30
Durée du cours (hors pause et repas)	7h30	8h	6h45
Temps d'étude total par jour (hors pause et repas)	9h30	10h	8h15
Temps d'étude total pour la totalité de la formation : <b>ÉCHOGRAPHIE ET CLINIQUE DES PRINCIPALES LÉSIONS MUSCULAIRES DU MEMBRE INFÉRIEUR</b>	<b>27h45</b> <b>Présentielle 22h15</b>		



# Programme détaillé:

## Introduction

1. Physiopathologie de la lésion musculaire
2. Utilisation de l'échographie dans le cadre d'une lésion musculaire: quels objectifs?
3. Intégration de l'échographie dans le raisonnement clinique dans le cadre des blessures musculaires
4. Prise en compte histo-architectural dans les blessures musculaires: l'importance du tissu conjonctif
5. Les classifications: quels intérêts? Lesquelles utiliser?
6. RTP et lésion musculaire: le tissu conjonctif, un élément clé
7. Examen clinique et lésion musculaire: quels paramètres évaluer?
8. Réaliser l'examen échographie dans le cadre d'une lésion musculaire: les principes
9. Évacuation des hématomes: un meilleur pronostic?
10. Echographie et suivi des lésions: utile ou futile?
11. Evaluation échographique difficile: pour quels muscles?

## Les Ischio-jambiers

### PARTIE THEORIQUE

1. Epidémiologie
2. Echographie des ischio-jambiers: précision anatomiques utiles à l'échographie
3. Sites lésionnels préférentiels
4. Comment s'y retrouver en pratique?
5. Facteurs de mauvais pronostic et de récurrence
6. Délai de RTP et récurrence
7. Examen Clinique
8. Analyse de cas cliniques

### ATELIERS PRATIQUES (en groupe)

1. Tests cliniques
2. Analyse des Sites Lésionnels Préférentiels des muscles Ischio-jambiers
3. Mise en place sur des cas cliniques / présentation devant le groupe



# Le Quadriceps

## PARTIE THEORIQUE

1. Epidémiologie
2. Echographie du Quadriceps: focus sur le droit fémoral
3. Le droit fémoral: sites lésionnels préférentiels et types de lésion
4. Le droit fémoral: Examen clinique (patho mécanismes, interrogatoire, tests cliniques)
5. Le droit fémoral: tableaux cliniques spécifiques
  - 5.1 Atteintes tendineuses
  - 5.2 Focus sur la cloison sagittale
  - 5.3 Intramuscular degloving injury
6. Diagnostics différentiels
7. Vaste: contusions et classification
8. Analyse de cas cliniques

## ATELIERS PRATIQUES (en groupe)

1. Tests cliniques
2. Analyse des Sites Lésionnels Préférentiels des muscles du droit fémoral
3. Mise en place sur des cas cliniques / présentation devant le groupe

# Les Adducteurs

## PARTIE THEORIQUE

1. Epidémiologie
2. Echo-anatomie des adducteurs
  - 2.1 Le long Adducteur
  - 2.2 Le court adducteur
  - 2.3 Le grand adducteur
  - 2.4 Le pectiné
  - 2.5 Le gracile
3. Sites lésionnels préférentiels et types de lésion
4. Lésion du Long adducteur: un muscle à risque au football
5. Examen clinique: patho-mécanismes, interrogatoire, tests cliniques
6. Quelques tableaux cliniques spécifiques
  - 6.1 Long adducteur: image en lien avec des douleurs de l'aîne, avulsion tendineuse proximale, blessure périvasculaire
  - 6.2 Gracile: lésion distale de la JMT proximale
  - 6.3 Grand adducteur: blessure isolée chez les athlètes, lésion distale isolée et douleur au genou
7. Traitement chirurgical vs traitement conservateur
8. Diagnostics différentiels
9. Analyse de cas cliniques



## ATELIERS PRATIQUES (en groupe)

1. Tests cliniques
2. Analyse des Sites Lésionnels Préférentiels des muscles des adducteurs
3. Mise en place sur des cas cliniques / présentation devant le groupe

## Le Mollet

### PARTIE THEORIQUE

1. Épidémiologie
2. Echo-anatomie du complexe Gastrocnémien-soléaire
  - 2.1 Le soléaire: une lésion sous estimé, anatomie utile à l'échographie
  - 2.2 Le soléaire: Sites Lésionnels Préférentiels
  - 2.3 Le soléaire: quel type d'imagerie utiliser?
  - 2.4 Soléaire et RTP
  - 2.5 Le gastrocnémien médial: anatomie utile à l'échographie
  - 2.6 Le gastrocnémien médial: un site de lésion préférentiel: Pourquoi?
  - 2.7 Le gastrocnémien médial: Sites lésionnels préférentiel et type de lésion
3. Lésion musculaire uu complexe Gastrocnémien-soléaire: quelle classification utiliser?
4. Le plantaire grêle: un catalyseur dans la cascade lésionnelle
  - 4.1 Anatomie utile à l'échographie
5. Lésion du mollet: Délai de RTP et récidence
6. Examen clinique: patho-mécanismes, interrogatoire, tests cliniques
7. Douleurs chroniques du mollet: le rôle de l'échographie
8. Analyse de cas cliniques

## ATELIERS PRATIQUES (en groupe)

1. Tests cliniques
2. Analyse des Sites Lésionnels Préférentiels du mollet
3. Exploration du plan profond de la loge postérieur de la jambe
3. Exploration osseuse vasculaire et neurale
4. Mise en place sur des cas cliniques / présentation devant le groupe



## TAKE HOME MESSAGE

1. Le droit fémoral
  - 1.1 Synthèse du squelette conjonctif
  - 1.2 Synthèse écho-clinique des lésions du droit fémoral
2. Les Ischio-jambiers
  - 3.1 Synthèse du squelette conjonctif
  - 1.2 Synthèse écho-clinique des lésion des ischio-jambiers
3. Les adducteurs
  - 3.1 Synthèse écho-clinique des lésions du Long Adducteur
4. Le Complexe Gastrocnémien-soléaire
  - 4.1 Synthèse du squelette conjonctif du soléaire
  - 4.2 Synthèse écho-clinique du complexe Gastrocnémien-soléaire
5. Classification: Brasseur et Renoux
6. Temps de RTP selon la classification de Brasseur et Renoux



## Programme et ventilation horaire

**Formateur: Lehoux Florian / Unfer Alessandro / Mahdjoub Redouane**

### Jour 1

Horaires	Méthode pédagogique	contenu	Intervenants
<b>08:30 - 09:00</b>		Accueil autour d'un café	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>09:00 - 09:15</b>	Diaporama commenté	Présentation de la formation	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>09:15 - 10:45</b>	Diaporama commenté	Introduction	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>10:45 - 11:00</b>	Pause		
<b>11:00 - 12:15</b>	Diaporama commenté	Lésions des ischio-jambiers	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>12:15 - 13:30</b>	Repas		
<b>13:30 - 14:00</b>	Diaporama commenté	Lésions des ischio-jambiers	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>14:00 - 14:15</b>	Démonstration examen clinique	Lésions des ischio-jambiers	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>14:15 - 14:30</b>	Pratique examen clinique	Lésions des ischio-jambiers	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>14:30 - 15:00</b>	Diaporama commenté	Lésions des ischio-jambiers	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR





<b>15:00 - 15:15</b> Pause			
<b>15:15 - 15:30</b>	Démonstration pratique avec échographe	Lésions des ischio-jambiers	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUB
<b>15:30 - 16:30</b>	Pratique en trinôme avec échographe	Lésions des ischio-jambiers	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUB
<b>16:30 - 17:00</b>	Diaporama commenté	Lésions des ischio-jambiers	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUB
<b>17:00 - 17:15</b> Pause			
<b>17:15- 18:15</b>	Pratique écho-clinique et réflexion autour de cas cliniques	Lésions des ischio-jambiers	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUB
<b>18:15 - 18:30</b>	Fermeture	Questions et commentaires sur le jour 1	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUB



## Jour 2

Horaires	Méthode pédagogique	contenu	Intervenants
<b>08:30 - 09:00</b>		Accueil autour d'un café	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>09:00 - 09:45</b>	Diaporama commenté	Lésions du quadriceps	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>09:45 - 10:00</b>	Démonstration examen clinique	Lésions du quadriceps	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>10:00 - 10:15</b>	Pratique examen clinique	Lésions du quadriceps	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>10:15 - 10:30</b>	Démonstration pratique avec échographe	Lésions du quadriceps	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>10:30 - 10:45</b>	Pause		
<b>10:45 - 11:45</b>	Pratique en trinôme avec échographe	Lésions du quadriceps	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>11:45 - 12:15</b>	Diaporama commenté	Lésions du quadriceps	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>12:15 - 13:30</b>	Repas		
<b>13:30 - 14:30</b>	Pratique écho-clinique et réflexion autour de cas cliniques	Lésions du quadriceps	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>14:30 - 15:30</b>	Diaporama commenté	Lésions des adducteurs	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>15:30 - 15:45</b>	Pause		



<b>15:45 - 16:45</b>	Diaporama commenté	Lésions des adducteurs	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>16:45 - 17:00</b>	Démonstration examen clinique	Lésions des adducteurs	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>17:00 - 17:30</b>	Pratique examen clinique	Lésions des adducteurs	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>17:30 - 17:45</b>	Démonstration pratique avec échographe	Lésions des adducteurs	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>17:45 - 18:30</b>	Pratique en trinôme avec échographe	Lésions des adducteurs	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>18:30 - 18:45</b>	Fermeture	Questions et commentaires sur le jour 2	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR



## Jour 3

Horaires	Méthode pédagogique	contenu	Intervenants
<b>08:30 - 09 :00</b>		Accueil autour d'un café	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>09:00 - 10:00</b>	Diaporama commenté	Lésions des adducteurs	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>10:00 - 11:00</b>	Pratique écho-clinique et réflexion autour de cas cliniques	Lésions des adducteurs	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>11:00 - 11 :20</b>	Diaporama commenté	Lésions du mollet	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>11:20 - 11:30</b>	Démonstration pratique avec échographe	Lésions du mollet (soléaire)	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>11:30 - 12:15</b>	Pratique en trinôme avec échographe	lésions du mollet (soléaire)	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>12:15- 13:30</b>	Repas		
<b>13:30 - 14:00</b>	Diaporama commenté	Lésions du mollet	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>14:00 - 14:15</b>	Démonstration pratique avec échographe	Lésions du mollet (Gastrocnémien médial)	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>14:15 - 14 :50</b>	Pratique en trinôme avec échographe	Lésions du mollet (Gastrocnémien médial)	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>14:50 - 15:00</b>	Diaporama commenté	Lésion du mollet	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>15:00 - 15:10</b>	Démonstration pratique avec échographe	Lésion du mollet (plantaire grêle)	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR



<b>15 :10 - 15 :45</b>	Pratique en trinôme avec échographe	Lésion du mollet (plantaire grêle)	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>15:45 - 16:00</b>	Pause		
<b>16:00 - 16:15</b>	Diaporama commenté	Lésions du mollet	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>16:15 - 16:30</b>	Démonstration examen clinique	Lésions du mollet	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>16:30- 16:45</b>	Pratique examen clinique	Lésions du mollet	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>16:45 - 17:30</b>	Pratique écho-clinique et réflexion autour de cas cliniques	Lésions du mollet	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR
<b>17:30 - 17:45</b>	Take home Message / Fermeture	Questions et commentaires sur le jour 3	LEHOUX / UNFER / MAHDJOUR

