

**MME MEKOUAR SOAD**

TENDINOPATHIE DE LA COIFFE ASSOCIEE A UNE CAPSULITE RETRACTILE  
FAIRE SVP: 20 SEANCES DE REEDUCATION DE L'EPAULE G (3  
SEANCES/SEMAINE)

**1. Travail préparatoire : Lutte contre les phénomènes douloureux.**

- Massages décontractants cervico-scapulaires : trapèze, fosses sus et sous-épineuse, bras.
- Mouvements pendulaires.
- Auto-mobilisations en élévation antérieure.
- Mobilisations spécifiques : la scapulo-thoracique, le ligament coraco-huméral, l'articulation gléno-humérale.
- Décoaptation manuelle et étirements capsulaires doux et progressifs (type Mennell).

**2. Récupération des amplitudes articulaires : la rééducation a pour but de distendre la capsule articulaire rétractée.**

- L'élévation antérieure : Stretching de la capsule postérieure et inférieure : décubitus dorsal, plan de la scapula, décoaptation, contrôle de la tête humérale, prise distale humérale, rotation interne pour la capsule postérieure.
- L'extension : Stretching de la capsule antéro supérieure : décubitus dorsal, contracter-relâcher.
- La rotation externe : stretching de la capsule antérieure et intervalle des rotateurs : position assise, contrôle de positionnement de la tête humérale.
- L'abduction pure : stretching de la capsule inférieure et espace omo-huméral : position assise, fixation de la scapula, massages profonds des ronds, prévention de la sonnette de la scapula.

**Une auto-rééducation contrôlée :** exercices effectués par le patient seul, à domicile, au moins 3 fois par jour. Bilan itératifs réguliers réalisés par le rééducateur.

**Dr Anis ACHARGUI**  
Chirurgien Orthopédiste  
105, Bd. 2 Mars, Casablanca  
Tél: 0522 81 81 16 - INP 091170910





مركز جراحة العظام والمفاصل والجراحة الرياضية  
Centre de Traumatologie-Orthopédie et Chirurgie du Sport

Casablanca le : 11/07/23

## Devis de rééducation

La somme de ..... (200 200) 40000dh

Pour une série de ..... 20 ..... Séances de ..... Rééducation  
tendinopathie De La Coiffe

Adressées à : ..... Mekouar Soud

Durant la période du : ..... 11 ..... Au ..... 11

Sur Ordonnance du Dr Amis Acharqui



FAIZ ZINEB  
Kinésithérapeute  
CENTRE ORTHOS

Cachet et signature

105, Bs 2 Mars Rés Ayman EL Khair  
Casablanca Maroc Tél: 0522 81 81 16