



Recommandations PEC endométriose

Résultats du 1er tour

Kinésithérapie



Pour la prise en charge des douleurs pelviennes chroniques associées à l'endométriose, nous conseillons:



- orientation vers un rééducateur si l'examen de la patiente met en évidence un ou plusieurs des éléments suivants : présence d'un syndrome myofascial au niveau des muscles du bassin et du périnée, troubles de la posture, syndrome de la charnière thoracolombaire, dyspareunie, troubles urinaires et digestifs, ou contraintes ergonomiques particulières
- que le rééducateur propose à la patiente une évaluation initiale qui permettra de définir les déficits musculosquelettiques et d'adapter les techniques employées
- une approche en techniques manuelles
- l'utilisation de techniques actives permettant aux patientes de s'autonomiser (éducation thérapeutique du patient, suivi de TENS, exercices reproductibles à domicile)
- la rééducation périnéale à visée de relaxation des muscles du plancher pelvien pour les patientes souffrant de dyspareunie
- d'intégrer dans la prise en charge rééducative des techniques fonctionnelles cognitives
- d'encourager la pratique d'une activité physique régulière, adaptée, encadrée, et modérée (3 fois par semaine 30 à 90 min/séance)

Revue de littérature - Rééducation périnéale



Mohamed Mabrouk et al. Painful Love: Superficial Dyspareunia and Three Dimensional Transperineal Ultrasound Evaluation of Pelvic Floor Muscle in Women with Endometriosis. J Sex Marital Ther. 2020;46(2):187-196

Santos Dos Bispo et al. Assessment of pelvic floor muscles in women with deep endometriosis. Arch Gynecol Obstet. 2016 Sep;294(3):519-23

Raimondo et al. Pelvic floor muscle dysfunction at 3D/4D transperineal ultrasound in patients with deep infiltrating endometriosis : a pilot study. Ultrasound Obstet Gynecol. 2017 Oct;50(4):527-532

Del Forno et al. Transperineal Ultrasound Visual Feedback Assisted Pelvic Floor Muscle Physiotherapy in Women With Deep Infiltrating Endometriosis and Dyspareunia: A Pilot Study. J Sex Marital Ther. 2020;46(7):603-611

Del Forno et al. Assessment of levator hiatal area using 3D/4D transperineal ultrasound in women with deep infiltrating endometriosis and superficial dyspareunia treated with pelvic floor muscle physiotherapy: randomized controlled trial. Ultrasound Obstet Gynecol. 2021 May;57(5):726-732

Cetera et al. Non-response to first-line hormonal treatment for symptomatic endometriosis: overcoming tunnel vision. A narrative review. BMC Womens Health. 2023 Jun 30;23(1):347

Morin et al. Guideline No. 445: Management of Chronic Pelvic Pain. Practice Guideline. J Obstet Gynaecol Can. 2024 Jan;46(1):102283

Revue de littérature - Activité physique

Travail en binôme avec Dr Sessi Acapo.

Kinésithérapeute à Nantes.

M2 recherche biomécanique sport et santé

M2 Recherche clinique en réadaptation

Doctorat en biologie santé

