



BIO FEED BACK

En pelvi-périnéologie

MOTS CLÉS

- Rééducation pelvi-périnéale
- Prise de conscience active de la musculature périnéale
- Technique instrumentale BIO FEED BACK EMG (électromyographique), BIO FEED BACK Pression
- Technique manuelle : BIO FEED BACK Manuel

PRINCIPES

- Le bio-feed-back BFB est une technique visant à acquérir un contrôle conscient et volontaire d'information relative à une fonction périnéale, normalement inconsciente, dans le but d'y apporter des modifications.
- Le BFB est une rétroaction biologique musculaire, le patient constate une anomalie lorsqu'il se contracte : contraction musculaire faible, pas tenue ou, au contraire, l'absence de relâchement de sa musculature périnéale, il peut agir pour corriger le problème et le retentissement fonctionnel occasionné.
- Le BFB utilise différents signaux : tactiles, visuels, auditifs.
- Le BFB est qualitatif, il ne permet pas de mesurer la force musculaire, mais par contre, de prendre conscience de l'amélioration de la qualité de la contraction ou du relâchement des muscles périnéaux.

LES DIFFÉRENTS BIO FEED BACK

- Le BFB MANUEL : le thérapeute explique et fait ressentir au patient la contraction de son périnée par contact sur la zone périnéale (centre tendineux du périnée, toucher vaginal ou rectal). Le signal est sensoriel.
- Le BFB EMG, très utilisé nécessite des électrodes adaptées (sonde endo-cavitaire ou électrodes de contact) reliées à un appareil de rééducation.
Dans ce cas le BFB traduit en une courbe la différence entre l'activité électrique présente dans le muscle au repos avec celle générée par une contraction. Les signaux sont visuels et auditifs.
- LE BFB PRESSION, est principalement utilisé dans les pathologies ano-rectales avec des sondes à simple ou double ballonnets. Le signal est sensoriel (ressenti de la modification interne) et/ou visuel.

MODALITÉS

- Dans tous les cas, cette technique active nécessite une bonne participation du patient : concentration, détente, pas de mouvements parasites ni d'apnée. En effet, notre cerveau va « reformater » le schéma de contraction.
- Les exercices seront réalisés dans différentes positions : allongée, debout, mise en situation (plans instables, toux etc...).
- On travaillera également les modalités de contraction périnéale : contraction longue ou courte, de faible, moyenne ou forte intensité.
- Il est important de prolonger ce travail à domicile, en respectant les conseils du thérapeute.

