

CHAPITRE

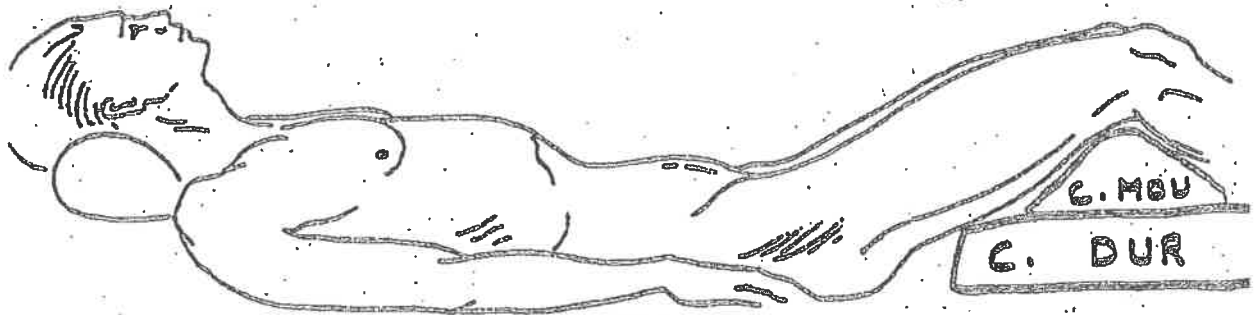
7

POURQUOI

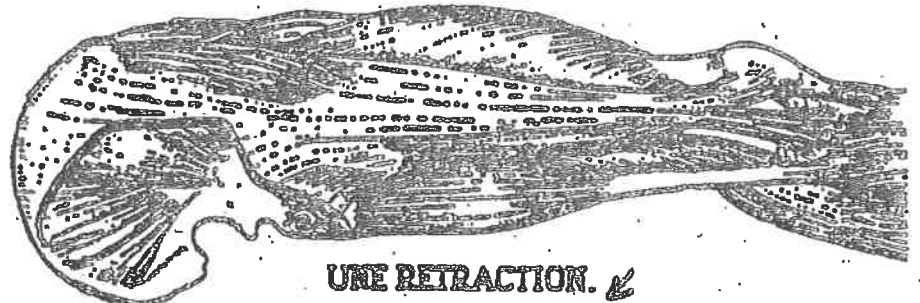
MASSER

FORT

LA POSITION DU MALADE RECEVANT LE TRAITEMENT :
 LUI RELEVER LES GENOUX POUR LE DECAMBRER.
 MEME NON MALADE LA POSITION TOTALEMENT ALLONGEE
 A PLAT-DOS COMME A PLAT-VENTRE
 EXPOSE LES LOMBAIRES
 DONC UTILISER TOUJOURS DES COUSSINS.
 ON MASSE A GENOUX AU-DESSUS DES GENOUX
 DU MALADE CE QUI CORRIGE LE DOS DU SOIGNEUR



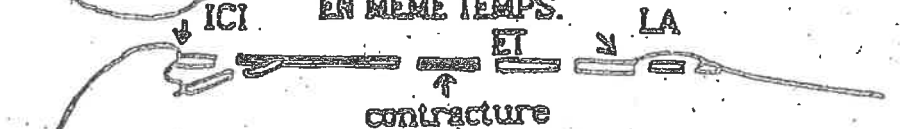
PROSPECTER DESSUS LE QUADRICEPS
 IMAGINER LE PROCESSUS DE LA CONTRACTURE :



UNE RETRACTION. ↙



EN FIN DE MANOEUVRE REPOUSSER
 EN MEME TEMPS.



Contracture

APPROCHE DU QUADRICEPS



QUADRICEPS SIGNIFIE QUATRE CHEFS...
Masser diplomatiquement la première couche. Déjà dit...
Sous la première couche une seconde couche...
On pointe durement mais par un ponçage habile à 10 %
au-dessus de la douleur, les premières insertions des
tendons du quadriceps, mais il faut rester acceptable.

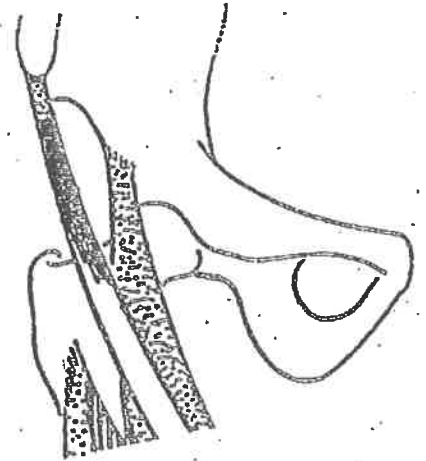
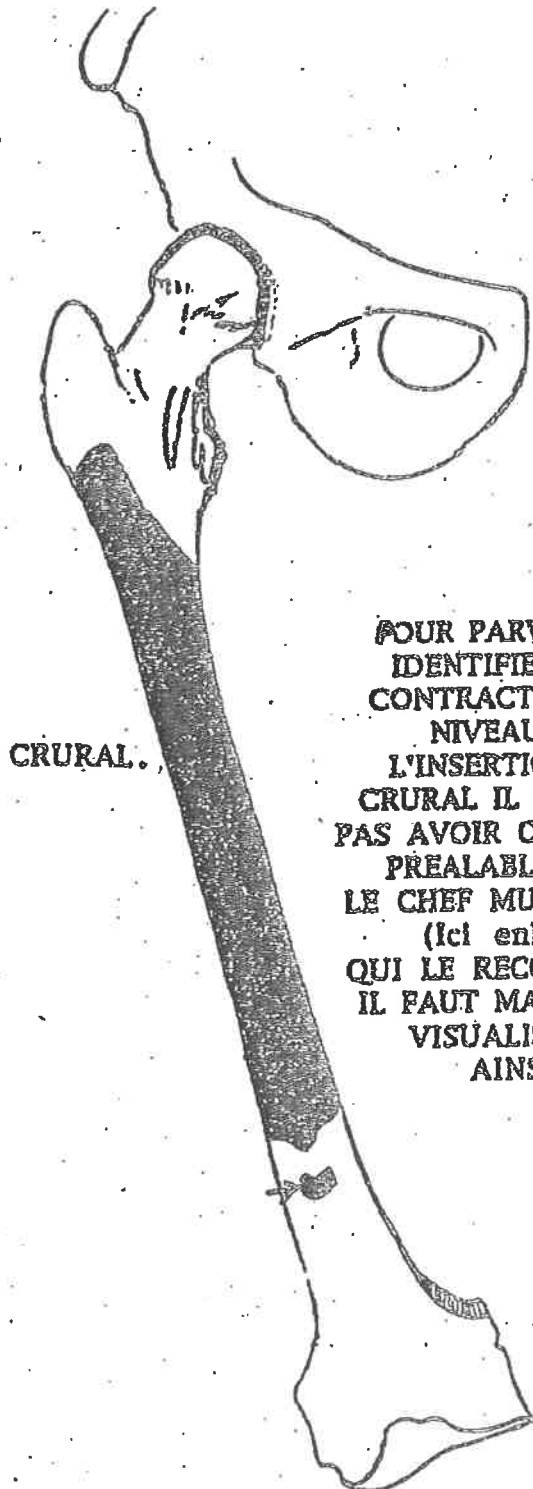
Sur l'os du haut en dessus (Os iliaque)

Sur l'os long qui descend (fémur)

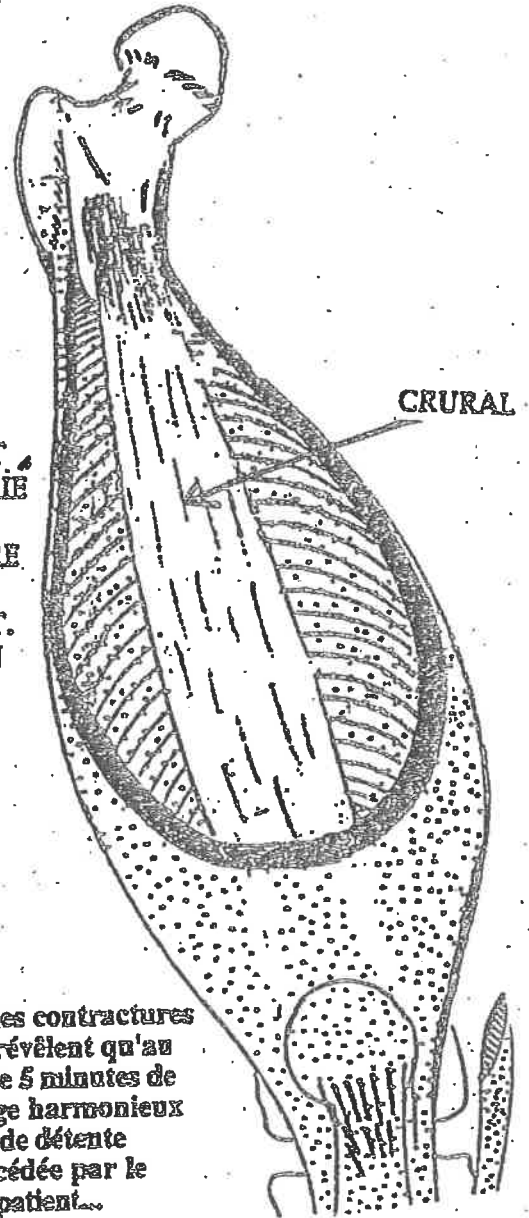
la large bande d'attache du muscle Crural représente l'attache et la naissance du muscle extrêmement étalée. Après avoir inhibé les défenses des muscles qui recouvrent, on peut passer par progression douce à un massage très puissant de 30 à 40 kg. le fémur est solide comme une branche de même épaisseur.

On avoisine, puis on dépasse quelque peu la douleur, toute la nuance est là. Mais il ne faut pas ambitionner d'enlever les POINTS DOULOUREUX le jour même ou dans l'heure. Trois ou quatre jours après seulement. Le massage puissant se démontre surtout. Mais s'il y a des varices, il faut l'éviter.

QUADRICEPS



POUR PARVENIR A
IDENTIFIER UNE
CONTRACTURE AU
NIVEAU DE
L'INSERTION DU
CRURAL IL NE FAUT
PAS AVOIR CONTRARIE
PREALABLEMENT
LE CHEF MUSCULAIRE
(Ici enlevé)
QUI LE RECOUVRAIT.
IL FAUT MASSER EN
VISUALISANT
AINSI



Certaines contractures
ne se révèlent qu'au
bout de 5 minutes de
massage harmonieux
et de détente
conçédée par le
patient...

APPROCHE DU QUADRICEPS

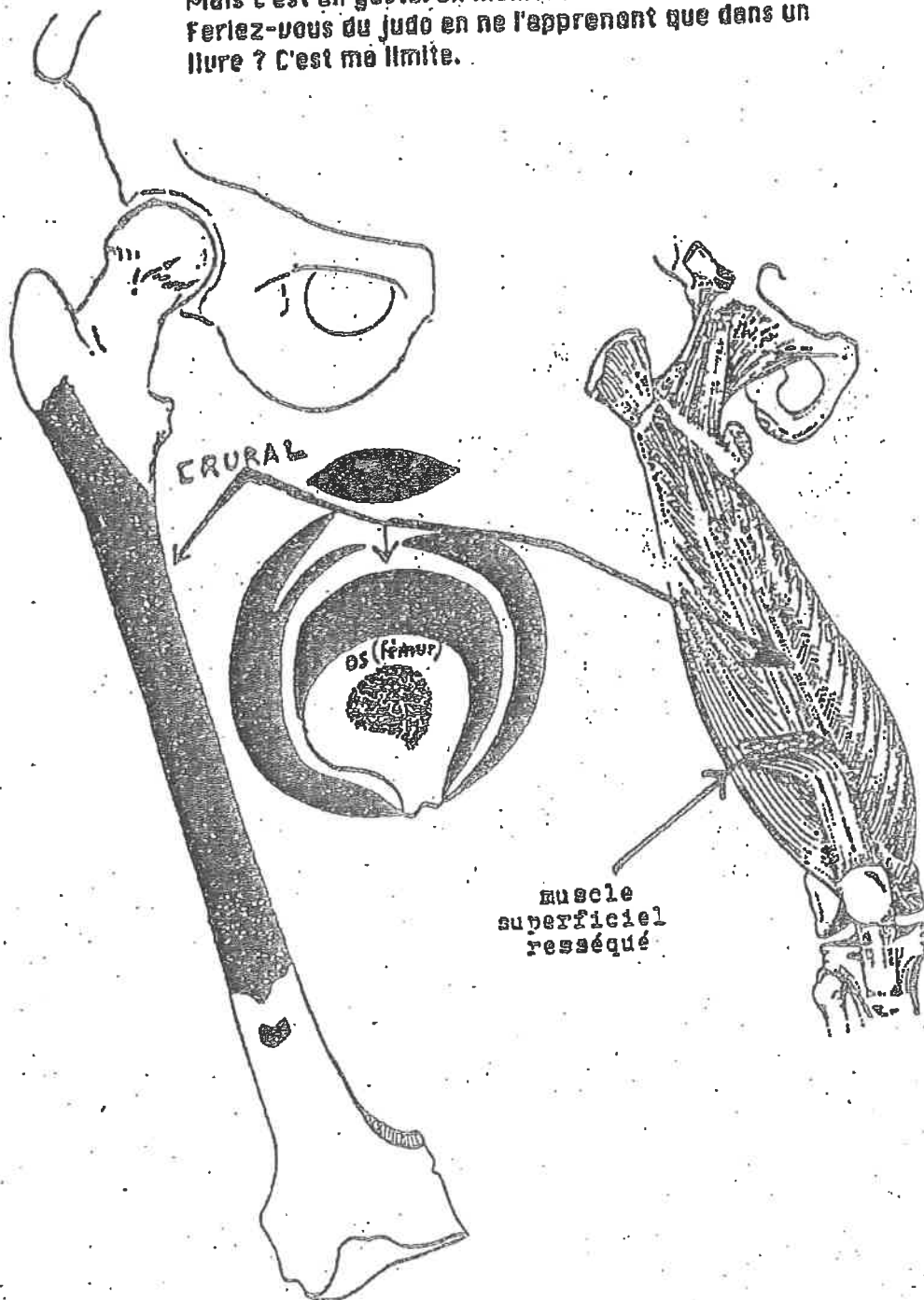
1er massage

sur la face antérieure de la cuisse

Notez la profondeur du crural dans la partie insérée directement sur l'os femur.

C'est le moment de concevoir l'incompétence qui prône des massages doux. Cet endroit doit être massé au prorata du poids du patient. A trente cinq kilos minimum pour une personne qui en pèse 70. En ces cas, le prospecteur de contracture se place à genoux au-dessus du patient. Tout cela en dehors des questions verices ou autres choses.

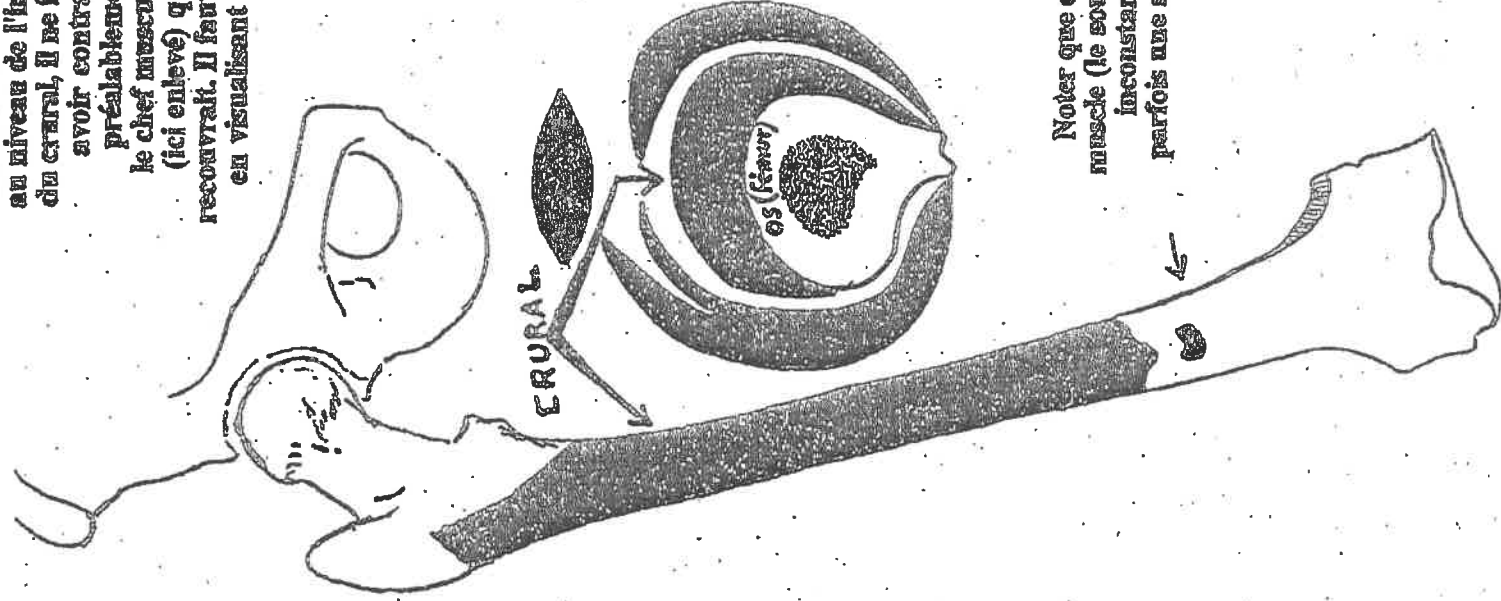
Mais c'est un geste. Un moniteur doit le démontrer. Feriez-vous du judo en ne l'apprenant que dans un livre ? C'est ma limite.



MASSAGE AU 2° PLAN DU MUSCLE QUATRE-CHEFS

En profondeur : le crural

An début du massage,
masser doucement en
superficie pour parvenir
à identifier une contraction
au niveau de l'insertion
du crural, il ne faut pas
avoir contracté
préalablement
le chef musculaire
(ici enlevé) qui le
recouvrait. Il faut masser
en visualisant ainsi

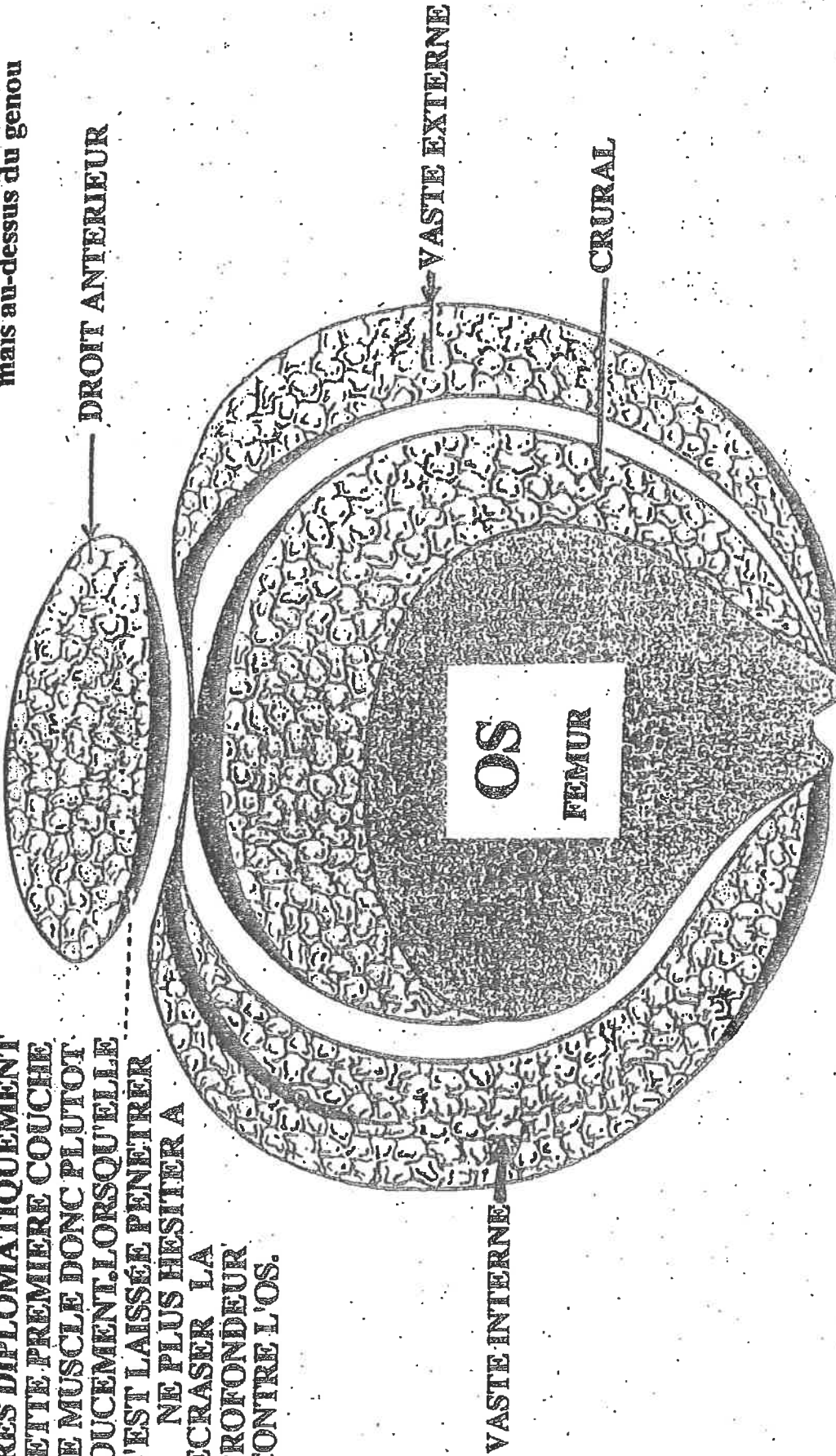


Noter que ce petit
muscle (le sous-crural)
inconstant est
parfois une écurie.

**IL FAUT MASSER AU DEBUT
TRÈS DIPLOMATIQUEMENT
CETTE PREMIERE COUCHE
DE MUSCLE DONC PLUIOT
DOUCEMENT. LORSQU'ELLE
S'EST LAISSÉE PENER
NE PLUS HESITER A
ECRASER LA
PROFONDEUR
CONTRE L'OS.**

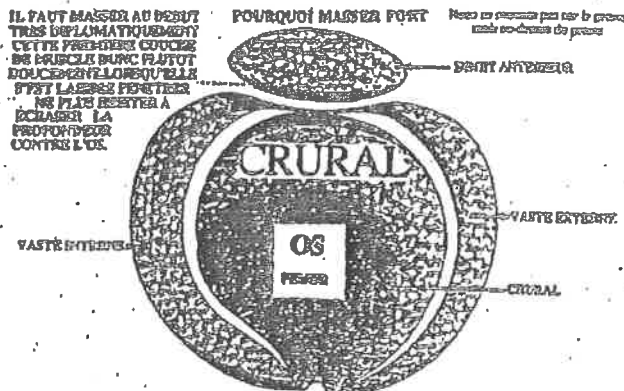
POURQUOI MASSER FORT

**Nous ne sommes pas sur le genou
mais au-dessus du genou**



Coupe transversale du quadriceps crural. On est bien obligé, pour traiter les muscles afférents au genou, de les masser puissamment au prorata de leur puissance et des contractures, en les serrant, les écrasant (relativement) jusqu'à une certaine tolérance (10 à 20 % de la douleur), sans héroïsme de la part du malade. Que feraient sur ces plans profonds, superposés, des massages doux ?

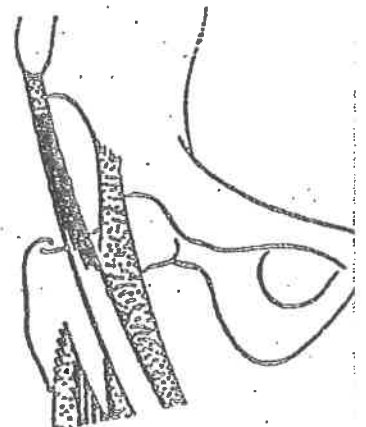
ANATOMIE ET SENS DE LA PROFONDEUR



IL FAUT MASSER AU DEBUT TRÈS DÉPLIÉMENTEMENT CETTE PREMIÈRE COUCHE DE MUSCLE BING PLATOT DOUCEMENT L'INTERIEUR EST LAISSÉ PÉNÉTRER NE PLUS RESSERTE A ÉCLAIRER LA PROFONDEUR CONTRE L'OS.

POURQUOI MASSER FORT

Ne pas se presser pas car le crural n'est pas dense de force



Ce chef musculaire superficiel a été ôté

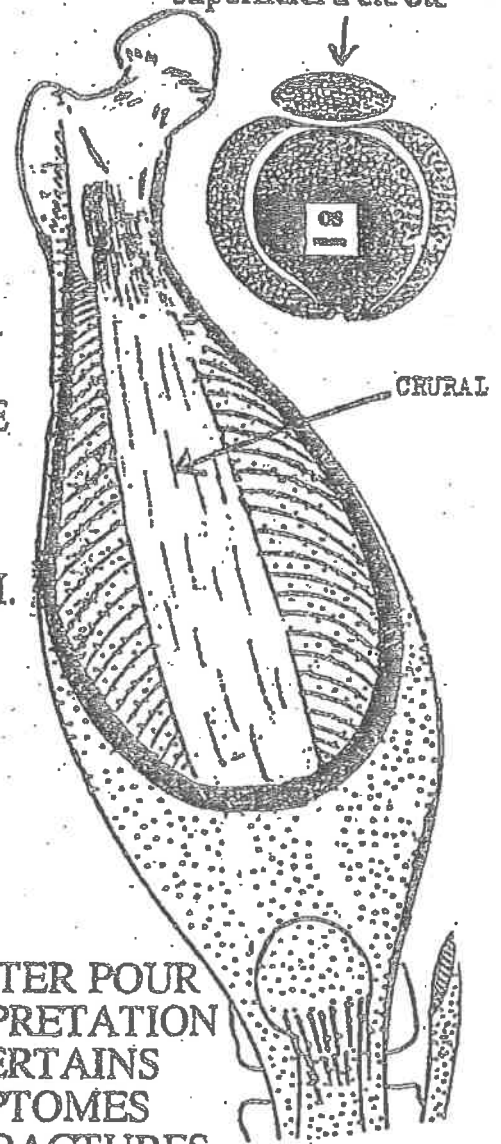
Cette coupe transversale de l'os huméral, on ne bien éclairé, pour traiter la contracture à l'échelle de la partie de la partie postérieure de l'os, on ne pas passer et des contractures de la partie, les muscles (relaxation) jusqu'à une certaine distance (10 à 20 %) de la distance, sans brèche de la part de l'os, qui brèche par ces plus profonds, ne pas brèche, des muscles d'os !

POUR PARVENIR A IDENTIFIER UNE CONTRACTURE AU NIVEAU DE L'INSERTION DU CRURAL IL NE FAUT PAS AVOIR CONTRAIRE PREALABLEMENT LE CHEF MUSCULAIRE (Ici enlevé) QUI LE RECOUVRAIT. IL FAUT MASSER EN VISUALISANT AINSI.



Noter que ce petit muscle (le sous-crural) inconstant est parfois une sécurité.

Néanmoins, il s'identifie avec le déblocage



A MEDITER POUR L'INTERPRETATION DE CERTAINS SYMPTOMES APRES FRACTURES, PARTICULIEREMENT ET LEUR DEBLOCAGE STRICTEMENT MASSABLES