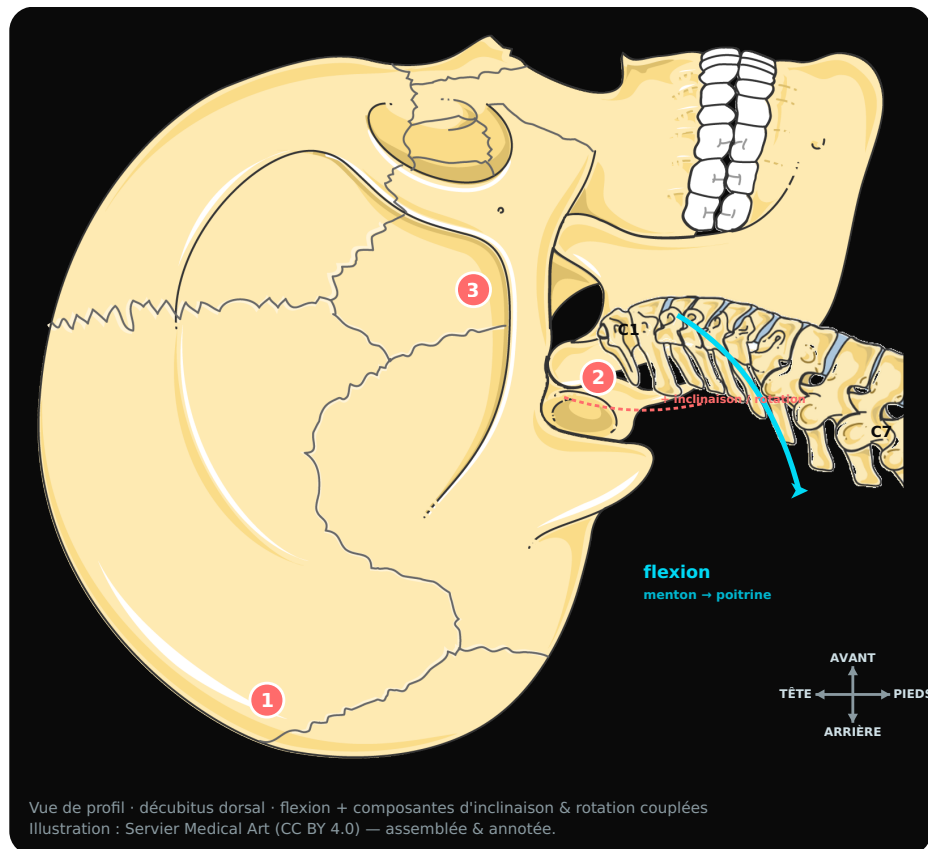


Charnière C2-C7 en fonctionnel respiratoire — variante flexion multi-axes

Variante longue : flexion couplée à des inclinaisons et rotations pour les dysfonctions multidirectionnelles.



01 Objectif clinique

Variante plus longue de la mobilisation **C2-C7 en flexion**, intégrant des **inclinaisons et rotations couplées** pour traiter les dysfonctions multidirectionnelles (profils complexes, suites de coup du lapin).

02 Prise & points d'appui

- 1 **Berceau occipital** — les paumes soutiennent l'occiput ; la tête pèse dedans, aucune compression.
- 2 **Pulpe des doigts** — sous-occipital (charnière C0-C1), pour induire & guider le mouvement.
- 3 **Pouces libres** — le long des tempes, sans appuyer, pour contrôler l'axe de la tête.

03 Déroulé du geste

- | | |
|--|--|
| <ol style="list-style-type: none"> 1 Installer la prise
Occiput dans les mains, patient relâché. 2 Flexion respiratoire
Gagner la flexion à l'inspiration. 3 + Inclinaison couplée
Associer une inclinaison latérale dans l'amplitude libre. | <ol style="list-style-type: none"> 4 + Rotation couplée
Ajouter une composante de rotation fine. 5 Empiler sur plusieurs cycles
Chaque cycle ancre le gain multi-axes. 6 Réévaluer chaque axe
Retester flexion, inclinaison, rotation. |
|--|--|

04 Paramètres repères

4-6

CYCLES RESPIRATOIRES

2-3 min

DURÉE D'EXÉCUTION

1-2 x

RÉPÉTITIONS / SÉANCE

Début

MOMENT DE SÉANCE

05 Indications & précautions

✓ Indications

- + Dysfonctions cervicales multi-axes
- + Profils complexes (suites de whiplash)
- + Restrictions couplées flexion + latéralité
- + Cervicalgies chroniques

✗ Contre-indications / prudence

- Insuffisance vertébro-basilaire (test VBI)
- Instabilité cervicale, traumatisme récent
- Arthrose sévère, ostéophytose marquée
- Pathologie inflammatoire / tumorale
- Douleur reproduite par le mouvement

06 Erreurs & astuces

- ✗ **Forcer la barrière** déclenche une défense musculaire, le gain se perd.
- ✗ **Comprimer l'occiput** bloque le relâchement ; laissez la tête peser.
- ✗ **Ignorer le rythme** hors inspiration, l'effet de levier disparaît.
- ✓ **Astuce** synchronisez-vous sur la respiration spontanée du patient.

07 À retenir

Points clés

- **Multi-axes** — flexion + inclinaison + rotation couplées.
- **Amplitude libre** — on reste dans le jeu tissulaire disponible.
- **Variante longue** — maintien prolongé entre les cycles.

✍ Mes notes & repères personnels



Voir la démonstration vidéo (4:25)

Geste complet filmé en conditions réelles sur la plateforme.

vimeo.com/showcase/12268467

Illustration anatomique : Servier Medical Art (smart.servier.com), licence CC BY 4.0 — recadrée, assemblée & annotée par Kiné Campus. Fiche pédagogique à usage des professionnels de santé diplômés ; le contenu clinique et le placement des repères constituent un repère de formation issu de la vidéo associée, à valider par le formateur référent — il ne se substitue pas au jugement clinique ni à l'examen du patient.