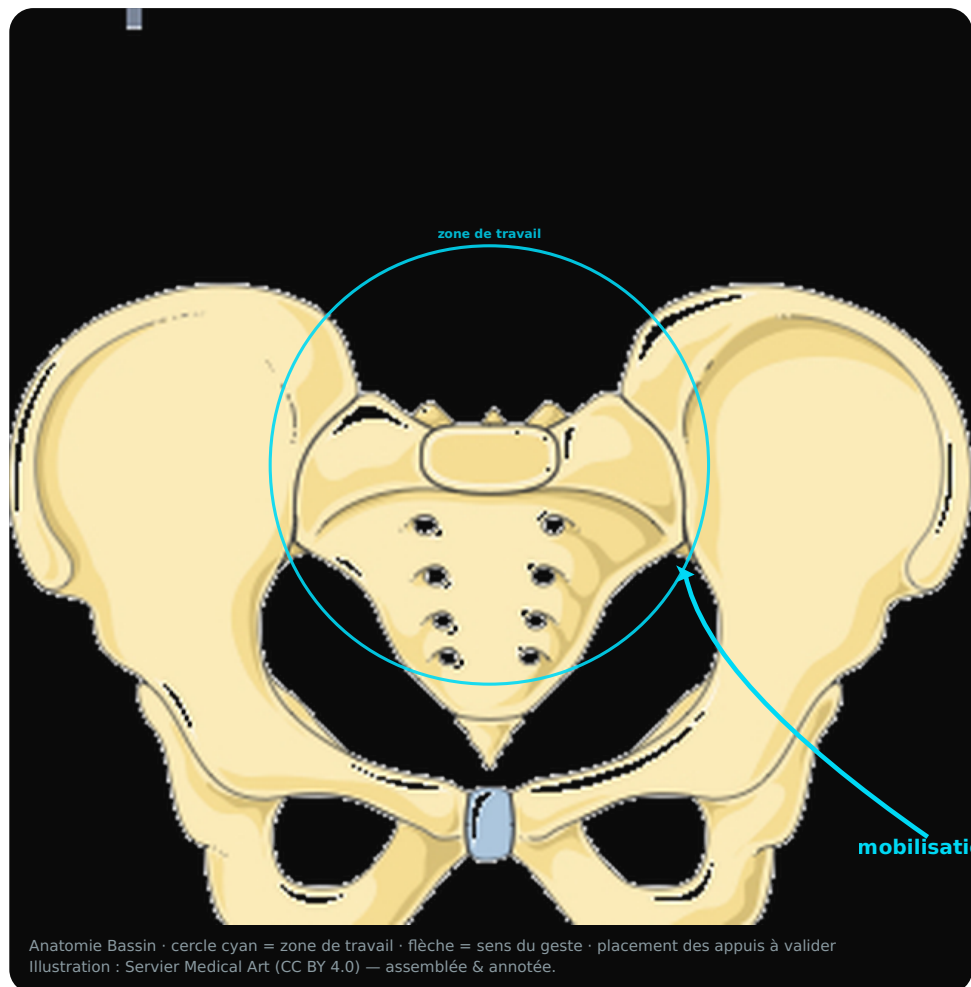


Harmonisation de la symphyse pubienne

Technique d'harmonisation de la symphyse pubienne, articulation antérieure du bassin, fréquemment dysfonctionnelle après accouchement, en cas de pubalgie du sportif, ou suite de trauma direct.



01 Objectif clinique

Technique d'harmonisation de la symphyse pubienne, articulation antérieure du bassin, fréquemment dysfonctionnelle après accouchement, en cas de pubalgie du sportif, ou suite de trauma direct.

02 Prise & points d'appui

- 1 Le praticien place ses mains de part et d'autre du pubis, demande au patient de pousser ses genoux l'un contre l'autre contre une résistance maintenue (technique d'énergie musculaire), puis effectue une mise en tension croisée.

03 Déroulé du geste

- 1 **Installation du patient**
Patient en décubitus dorsal, genoux fléchis.

- 2 **Prise & contacts**
Le praticien place ses mains de part et d'autre du pubis, demande au patient de pousser ses genoux l'un contre l'autre contre une résistance maintenue (technique d'énergie musculaire), puis effectue une mise en tension croisée.

- 3 **Finalisation & réévaluation**
Le mouvement contre-résistance suivi du relâchement re-coapte la symphyse.

04 Paramètres repères

4-6

CYCLES / MOBILISATIONS

2-3 min

DURÉE

1-2 x

RÉPÉTITIONS

Séance

MOMENT

05 Indications & précautions

✓ Indications

- + Pubalgie du sportif
- + Suites d'accouchement avec diastasis symphyseur
- + Douleur du périnée d'origine mécanique
- + Dysménorrhée

✗ Contre-indications / prudence

- Douleur reproduite par la mise en tension
- Pathologie inflammatoire, tumorale ou infectieuse du segment
- Traumatisme récent, fracture ou fragilité osseuse
- Signes neurologiques déficitaires

06 Erreurs & astuces

- ✗ **Forcer la barrière** déclenche une défense ; le gain se perd.
- ✗ **Prise crispée** bloque le relâchement du segment.
- ✗ **Rythme ignoré** hors respiration, l'effet de levier disparaît.
- ✓ **Astuce** synchroniser sur la respiration du patient.

07 À retenir

Points clés

- **Cible régionale** — bassin — Technique d'harmonisation de la symphyse pubienne, articulat...
- **Type de technique** — fonctionnelle / respiratoire
- **Repère à valider** — le placement fin des appuis est à confirmer avec le formateur.

✍ Mes notes & repères personnels



Voir la démonstration vidéo (2:24)

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.