

Réharmonisation par décoaptation en couché latéral

Manœuvre de décoaptation de la hanche en décubitus latéral, visant à créer un espace articulaire entre la tête fémorale et le cotyle pour libérer les restrictions capsulaires.

01 Objectif **clinique**

Manœuvre de décoaptation de la hanche en décubitus latéral, visant à créer un espace articulaire entre la tête fémorale et le cotyle pour libérer les restrictions capsulaires.

02 Prise & **points d'appui**

- 1 Le patient est installé en couché latéral, la jambe du dessus reposant sur la cuisse du thérapeute, le coude tendu en contre-appui sur la crête iliaque.
- 2 Le praticien saisit en berceau la partie inférieure du fémur (au-dessus du genou).

03 Déroulé **du geste**

1 Installation du patient

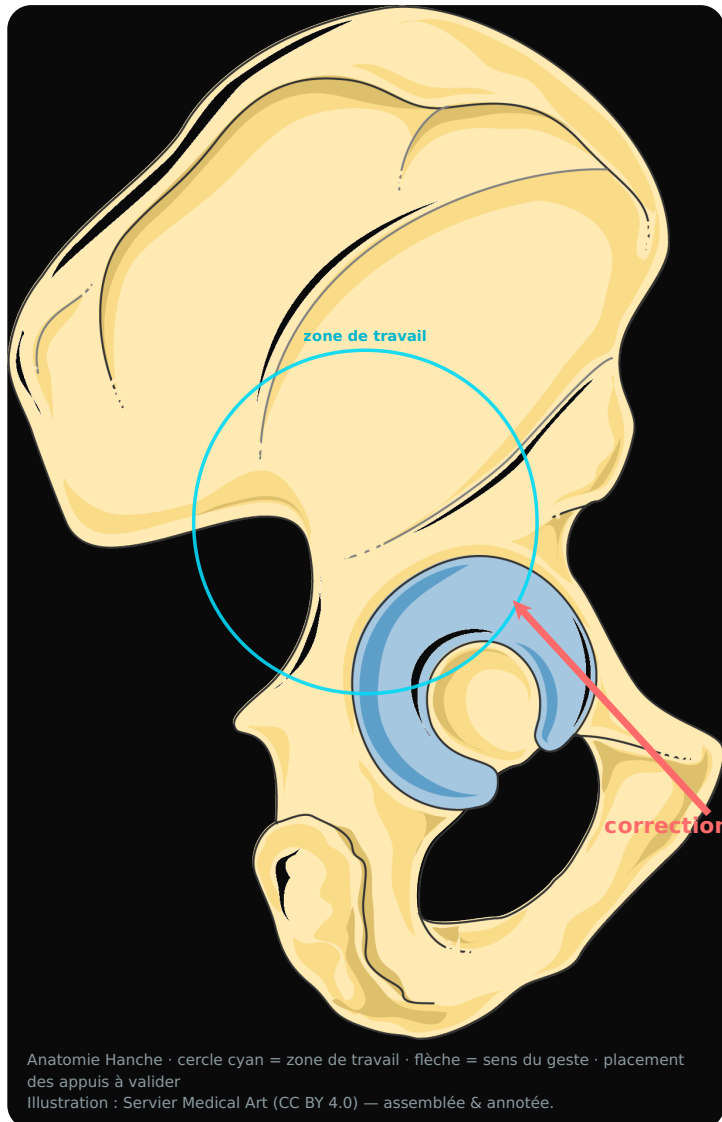
Le patient est installé en couché latéral, la jambe du dessus reposant sur la cuisse du thérapeute, le coude tendu en contre-appui sur la crête iliaque.

2 Prise & contacts

Le praticien saisit en berceau la partie inférieure du fémur (au-dessus du genou).

3 Mise en tension

Avec le bras tendu sur la crête iliaque comme bras de levier, il met progressivement en tension par coaptation puis effectue un trust vers le haut pour décoapter la hanche.



04 Paramètres repères

1

IMPULSION (TRUST)

Fin

D'AMPLITUDE

Sur testing

INDICATION

Structurel

TYPE

05 Indications & précautions

✓ Indications

- + Coxalgie mécanique
- + Restrictions capsulaires
- + Conflit fémoro-acétabulaire débutant
- + Raideur post-traumatique. Le « pop » articulaire est fréquent
- + Signe la décoaptation efficace

✗ Contre-indications / prudence

- Prothèse articulaire
- Ostéoporose sévère

06 Erreurs & astuces

- ✗ **Trust trop ample** faible amplitude, haute vélocité — jamais un grand mouvement.
- ✗ **Tension insuffisante** mise en tension complète avant l'impulsion.
- ✗ **Sauter le testing** cibler la dysfonction avant de manipuler.
- ✓ **Astuce** relâchement (expiration) juste avant le trust.

07 À retenir

Points clés

- **Cible régionale** — hanche — Manœuvre de décoaptation de la hanche en décubitus latéral, ...
- **Type de technique** — structurelle
- **Repère à valider** — le placement fin des appuis est à confirmer avec le formateur.

✍ Mes notes & repères personnels



Voir la démonstration vidéo (1:50)

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.