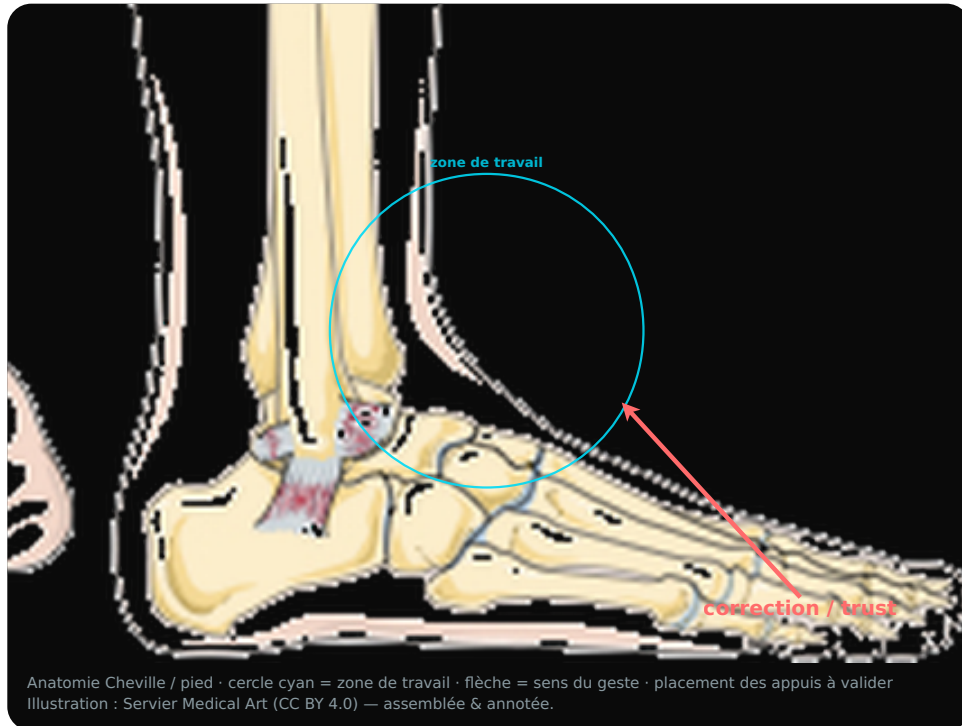


# Réharmonisation structurelle des orteils

Technique de mobilisation des cinq orteils par circumduction et traction en prise « tire-bouchon » (pouce dans l'axe avec le doigt opposé).



Anatomie Cheville / pied · cercle cyan = zone de travail · flèche = sens du geste · placement des appuis à valider  
Illustration : Servier Medical Art (CC BY 4.0) — assemblée & annotée.

## 01 Objectif **clinique**

Technique de mobilisation des cinq orteils par circumduction et traction en prise « tire-bouchon » (pouce dans l'axe avec le doigt opposé).

## 02 Prise & **points d'appui**

- 1 Technique de mobilisation des cinq orteils par circumduction et traction en prise « tire-bouchon » (pouce dans l'axe avec le doigt opposé).
- 2 La main change de côté pour les derniers orteils.

## 03 Déroulé **du geste**

### 1 Mise en tension

Le praticien immobilise le segment sous-jacent (métatarse ou phalange précédente) puis effectue une circumduction du segment supérieur associée à une traction axiale, en passant successivement du premier au cinquième orteil.

### 2 Prise & contacts

La main change de côté pour les derniers orteils.

## 04 Paramètres repères

1

IMPULSION (TRUST)

Fin

D'AMPLITUDE

Sur testing

INDICATION

Structurel

TYPE

## 05 Indications & précautions

### ✓ Indications

- + Raideurs des orteils
- + Suites de traumatismes (entorses)
- + Fractures consolidées)
- + Griffes d'orteils
- + Métatarsalgies
- + Troubles statiques du pied (pieds plats)

### ✗ 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

- ✗ **Trust trop ample** faible amplitude, haute vitesse — 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** — cheville / pied — Technique de mobilisation des cinq orteils par circumduction...
- **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 (2:19)

Geste complet filmé en conditions réelles sur la plateforme.

[vimeo.com/showcase/12268467](https://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.