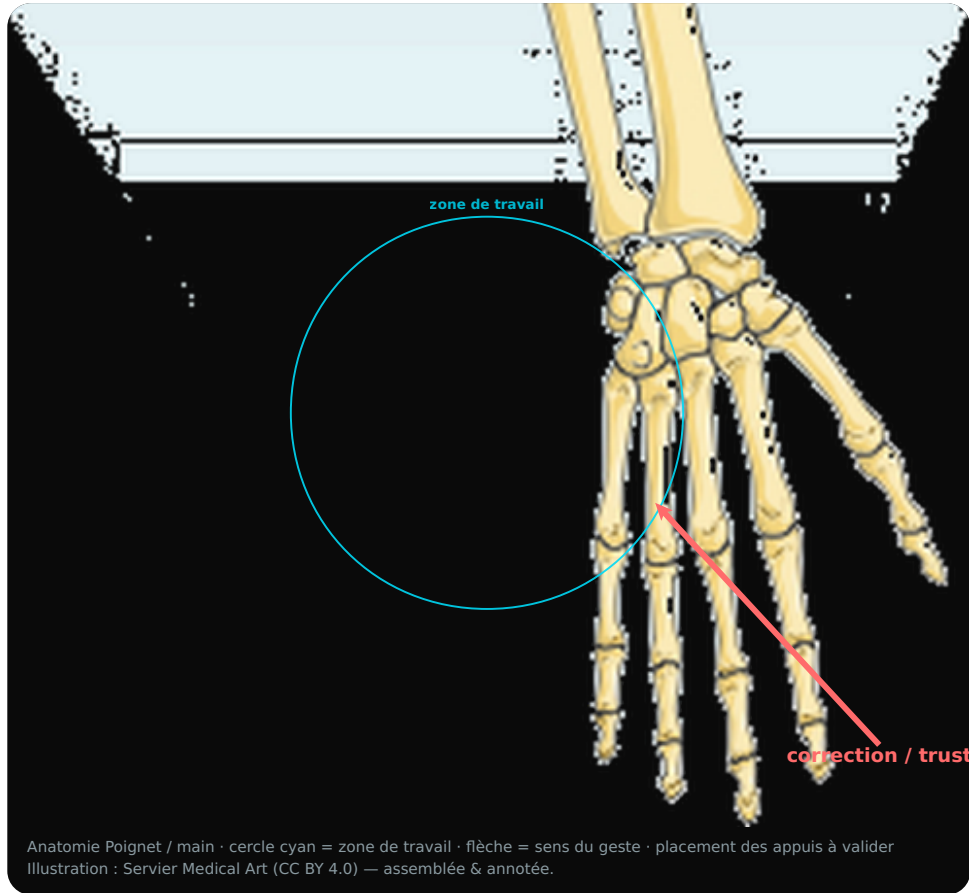


Réharmonisation globale du carpe via les muscles des doigts

Technique d'harmonisation globale du carpe utilisant la contraction-décontraction active des muscles fléchisseurs et extenseurs des doigts comme moteur de mobilisation interne.



01 Objectif clinique

Technique d'harmonisation globale du carpe utilisant la contraction-décontraction active des muscles fléchisseurs et extenseurs des doigts comme moteur de mobilisation interne.

02 Prise & points d'appui

- 1 Technique d'harmonisation globale du carpe utilisant la contraction-décontraction active des muscles fléchisseurs et extenseurs des doigts comme moteur de mobilisation interne.
- 2 Le praticien englobe le poignet du patient avec ses deux éminences thénar (mains croisées), exerce une pression homogène sur le carpe, puis demande au patient de tendre-serrer alternativement ses doigts (« tendez-serrez ») plusieurs fois.
- 3 Les contractions musculaires mobilisent les os du carpe sous la pression maintenue, ce qui restaure un parcours articulaire homogène.

03 Déroulé du geste

1 Prise & contacts

Le praticien englobe le poignet du patient avec ses deux éminences thénar (mains croisées), exerce une pression homogène sur le carpe, puis demande au patient de tendre-serrer alternativement ses doigts (« tendez-serrez ») plusieurs fois.

2 Prise & contacts

Les contractions musculaires mobilisent les os du carpe sous la pression maintenue, ce qui restaure un parcours articulaire homogène.

3 Étape 3

La perception sous les éminences thénar permet de repérer les « petits œufs » (zones de saillie / dysfonction) à travailler plus précisément.

04 Paramètres repères

1

IMPULSION (TRUST)

Fin

D'AMPLITUDE

Sur testing

INDICATION

Structurel

TYPE

05 Indications & précautions

✓ Indications

- + Restrictions de mobilité et dysfonctions du segment concerné (voir vidéo).

✗ 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** — poignet / main — Technique d'harmonisation globale du carpe utilisant la cont...
- **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 (2:33)

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.