

<b>EXAMEN</b>  <b>TRAITEMENT</b>	<h2 style="margin: 0;">BILAN MUSCULAIRE</h2>
--	--

### 1. DEFINITION | OBJECTIF : A QUOI ÇA SERT ?

- Le bilan musculaire évalue la force d'un muscle ou d'un groupe musculaire selon une échelle allant de 0 à 5.
- Cette évaluation participe à la démarche diagnostique, à l'orientation des techniques de rééducation et permet de suivre l'évolution de la prise en charge en rééducation et ainsi de préciser s'il y a ou non progression et donc de redéfinir des objectifs de rééducation.

### 2. DESCRIPTION : COMMENT CELA SE PASSE-T-IL EN PRATIQUE ?

- Le bilan est réalisé par le médecin, le kinésithérapeute ou l'ergothérapeute. Il est habituellement intégré à un examen clinique complet ou limité à la déficience.
- La cotation est faite selon un protocole de 0 à 5.
  - A 0 il n'y a pas de contraction musculaire cliniquement objectivable.
  - A 5 la contraction est normale avec une résistance.
- L'examen est réalisé en position couchée, assise ou debout, en fonction des muscles à tester.
- Les résultats sont consignés dans l'observation médicale ou sur des fiches bilan permettant un suivi et qui sont intégrées au dossier du patient.
- A côté de cette évaluation manuelle, des évaluations instrumentales sont parfois proposées, elles utilisent des dynamomètres et parfois des systèmes informatisés comme l'isocinétisme ou le work simulator

### 3. CONTRAINTES | DESAGREMENTS

- À la personne qui est soit assise soit couchée, on demande d'exercer une contraction maximale des muscles mais sans déplacement c'est-à-dire contre une résistance. Ceci s'appelle une contraction isométrique ou encore statique.
- L'examen porte sur l'ensemble des muscles ou seulement sur les muscles proches de la racine d'un membre (proximaux) ou ceux de l'extrémité d'un membre (muscles distaux).
- Si le sujet est assis, on lui demande d'écartier les deux bras et l'on exerce à ce moment-là une pression au même moment sur l'un des deux bras ou encore un des deux avant-bras (ce qui augmente d'autant l'efficacité de la manoeuvre). On lui demande ensuite de fléchir les coudes en comparant la résistance que l'examineur exerce sur la face avant de l'avant-bras. Le serrage des doigts de l'examineur, les bras étant croisés, permet d'évaluer la force musculaire des mains.

- Si le sujet est allongé, on lui demande d'appuyer fortement avec le talon, la jambe étant tendue, sur la main de l'examineur de chaque côté de façon à évaluer les muscles des fesses et plus précisément le grand fessier. Pour estimer le quadriceps on lui demande de déplier le genou. Le fait de redresser les pieds et les orteils permet à l'examineur d'évaluer les muscles permettant de relever le pied. L'appréciation des muscles permettant de fléchir le tronc se fait en demandant au sujet de se redresser sans l'aide des mains alors que l'examineur le pousse vers l'arrière.

#### **4. CONSEILS PRATIQUES**

- Une tenue adaptée est souhaitée (chaussures fermées sans talon et pantalon)
- A l'exception des chaussures, une tenue de travail peut être fournie