

DIIPP

DONSEZ INTRINSIC INTERACTION PROCESS FOR PHYSIOTHERAPY

DIIPP est une approche thérapeutique et préventive s'adressant aux chaînes musculaires et articulaires.

L'acte thérapeutique est l'association simultanée de stimuli posturaux volontaires et de stimuli respiratoires, inspiratoires et expiratoires, volontaires.

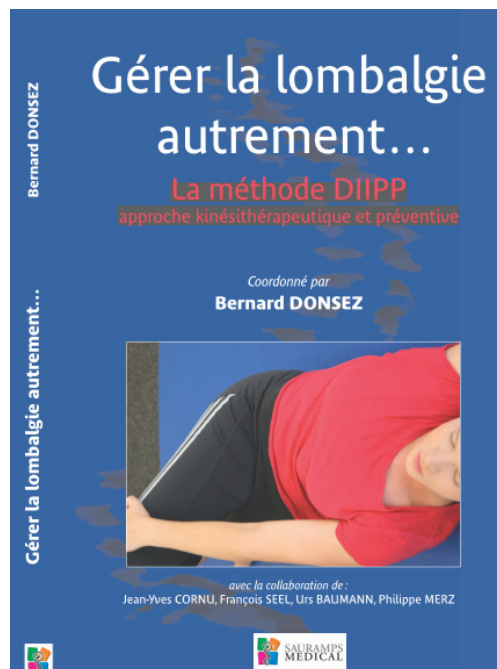
DIIPP contient le terme Intrinsic. Cela signifie que le patient exerce lui-même les forces correctrices.

Le terme Interaction décrit qu'il s'agit d'une méthode active globale à distance.

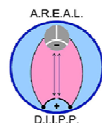
Bernard Donsez

kinésithérapeute et
ostéopathe est l'initiateur de
la méthode DIIPP

Votre kinésithérapeute

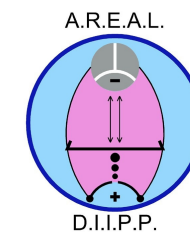


I.S.B.N. : 978-2-84023-995-6
Editeur : Sauramps Medical 2015
EAN : 9782840239956



AREAL-DIIPP
Steinbühlallee 136
CH 4123 Allschwil
www.diipp.com
www.sfabs.ch/partner/diipp.html

DIIPP



Applications lors
d'une dorsalgie aiguë,
d'une cervicalgie aiguë



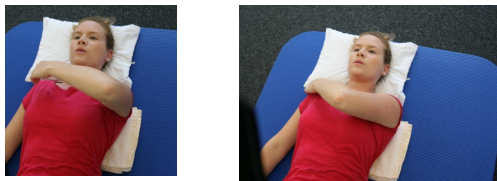
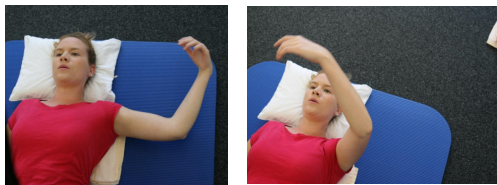
APPLICATION LORS DE TROUBLES DORSAUX

Pour le côté gauche

- Couché sur le dos: jambes fléchies et pieds posés au sol
- Placer un linge comme point d'appui sous la zone douloureuse



- Bras gauche étendu en prolongement de la région symptomatique
- Lors d'une inspiration volontaire effectuer un auto-étirement du bras

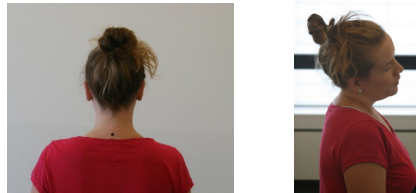


- Détendre le bras lors du temps expiratoire et le conduire vers l'épaule opposée

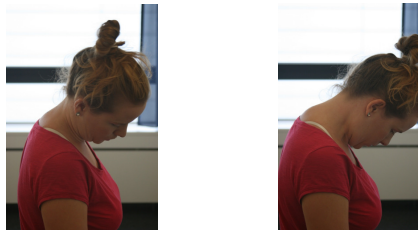
APPLICATION LORS DE TROUBLES DE LA REGION CERVICALE

Pour le côté droit

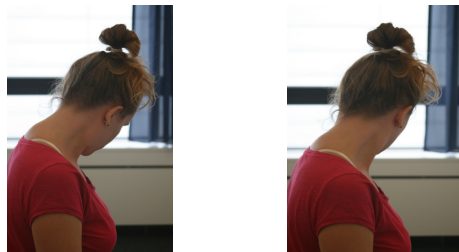
- Position assise, tête droite



- Incliner latéralement la tête



- Flechir la tête vers l'avant et inspirer profondément par le nez



- Tourner la tête vers le côté opposé en soufflant lors du temps expiratoire

POINTS A RESPECTER ET ADAPTATIONS

Posologie

- 1 à 3 fois par jour
- 5 à maximum 7 répétitions de chaque côté, favoriser le côté non douloureux
- Choisir le côté non douloureux pour effectuer l'inclinaison latérale indépendamment de la localisation des douleurs

Critères d'exécution

- Chaque cycle respiratoire comprend une **inspiration** complète, volontaire et profonde (abdominale) par le nez
- Chaque cycle respiratoire comprend une **expiration** complète, volontaire, lente et forcée (abdominale) par la bouche

Adaptations

Si un inconfort ou des douleurs apparaissent dans la position initiale:

- Mettre un coussin sous la tête et/ou sous l'épaule
- Eviter la douleur