

Tosun, Özge Çeliker, et al. 2022

## Les positions de relaxation du PFM sont-elles efficaces?

### Objectif:

Cette étude visait à évaluer l'effet de différentes positions de relaxation sur les muscles du plancher pelvien (PFM) et les muscles abdominaux chez les femmes souffrant d'incontinence urinaire (IU).

### Résultats:

La position la plus efficace pour la relaxation du PFM était la position du papillon modifiée (P1), suivie du squat profond modifié avec bloc (P3) et de la posture de l'enfant modifiée (P2). L'ordre était le même pour les muscles abdominaux. Le muscle rectus abdominis (RA) était le plus affecté pendant la relaxation du PFM. L'étendue de la relaxation du muscle RA augmentait à mesure que la relaxation du PFM augmentait. Aucune différence n'a été trouvée entre les différents types d'IU dans la même position en termes d'étendue de relaxation du PFM.

L'étude a conclu que la relaxation efficace du PFM est maintenue pendant les positions recommandées en cliniques de physiothérapie. L'étendue de la relaxation des muscles PFM et abdominaux varie selon les positions.

### Participants et Cliniciens:

Soixante-sept femmes diagnostiquées avec IU ont été incluses dans l'étude. Le type, la fréquence et la quantité d'IU ont été évalués avec le questionnaire international de l'incontinence (formulaire court) et un journal de la vessie.

Les chercheurs étaient Özge Çeliker Tosun et Meriç Yıldırım, Faculté de physiothérapie et de réadaptation, Université Dokuz Eylül, Izmir, Turquie; İrem Keser, Institut des sciences de la santé, Université Dokuz Eylül; Sefa Kurt, Département d'obstétrique et de gynécologie, Université Dokuz Eylül; Gökhan Tosun, Département d'obstétrique et de gynécologie, Hôpital d'enseignement et de recherche Tepecik, Izmir; Damla Korkmaz Dayıcan, Département de physiothérapie et de réadaptation, Faculté des sciences de la santé, Université Biruni, Istanbul, Turquie.

### Méthodes:

L'électromyographie superficielle (sEMG) a été utilisée pour évaluer les fonctions des muscles du PFM et des muscles abdominaux pendant trois positions de relaxation : la position du papillon modifiée (P1), la position de l'enfant modifiée (P2) et le squat profond modifié avec bloc (P3). Les activités électromyographiques des muscles du PFM et abdominaux ont été évaluées à l'aide d'un appareil EMG de surface NeuroTrac MyoPlus PRO 4 (Verity Medical). Une sonde endovaginale cylindrique avec deux capteurs métalliques (Verity Medical) a été utilisée pour enregistrer l'activité EMG.

Cet abstract est disponible sur <https://doi.org/10.1007/s00192-022-05119-3>.