

A la découverte de la PCP Therapy



Depuis quelques années, on entend de plus en plus souvent parler d'une technique de soins innovante, la PCP Therapy ou Thérapie PCP en Français dans le texte. Mais que se cache-t-il vraiment derrière ces trois lettres énigmatiques ? C'est ce que nous allons tenter de découvrir dans les lignes qui suivent avec l'aide de Marc Borlée, l'un des quatre kinésithérapeutes pratiquant ce type de prestation en Belgique.

« C'est lors du Congrès International sur la Fibromyalgie que j'ai fait la connaissance de ce procédé », nous explique notre interlocuteur. « Et suite aux nombreux témoignages de patients fibro bénéficiant de ce traitement, j'ai décidé de suivre la formation à Paris, à l'hôpital d'Argenteuil ».

Mais en quoi consiste exactement cette technique de soins et à qui s'adresse-t-elle ?

« PCP signifie Pression Continue Profonde », précise Marc Borlée. Inspirée du massage par pression, la PCP Therapy en amplifie et en étend les bénéfices : « On agit sur les muscles profonds pour assouplir les tendons et les ligaments et on débute par un travail sur les zones les moins douloureuses avant de passer à celles qui font le plus mal. » En appliquant cette pression continue profonde sur des points précis et cartographiés du corps, on favorise « une meilleure vascularisation des tissus profonds, la diminution des adhérences grâce aux étirements et la production locale d'endorphines ». De cette façon, on peut traiter certaines pathologies mécaniques de l'appareil locomoteur dont nous parlerons en détails un peu plus tard.

Cette pression continue profonde est exercée grâce au dispositif MyoDK, développé par le Docteur Khorassani, qui permet d'atteindre des forces largement supérieures à ce qui pourrait être exécuté manuellement par le kinésithérapeute et ainsi agir de manière beaucoup plus efficace. « La

pression exercée peut sans peine atteindre 15 ou 20kg, ce qui permet d'atteindre les muscles profonds, en utilisant le poids du corps du praticien. ». Un dynamomètre sert à mesurer la pression, qui peut ainsi être contrôlée et surtout reproduite, ce qui autorise un suivi avec des valeurs individuelles comparatives et la standardisation de la technique.

Plusieurs études attestent de l'efficacité de cette méthode ainsi que de nombreux témoignages de patients et de praticiens. « De mon point de vue, les résultats sont incroyables! », souligne Marc Borlée. Mais voyons à présent quelles sont les pathologies pouvant être traitées avec la PCP Therapy :

- **Tendinopathies** : le traitement consiste en une approche locale spécifique puis souvent globale par le dispositif MyoDK et permet d'avoir un effet mécanique, circulatoire et neurologique. « Les résultats sont significatifs après seulement six séances en moyenne ».

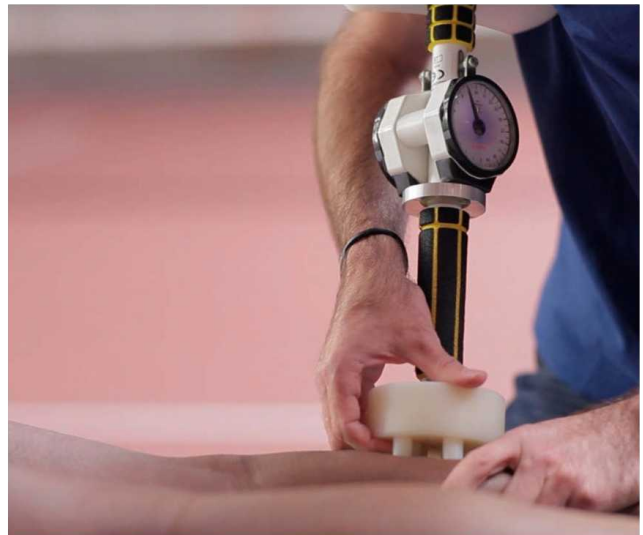
- **Rachialgies** : résultats obtenus sur les lombalgies, les dorsalgies, les cervicalgies communes, les névralgies cervico-brachiales, la névralgie d'Arnold, les hernies cervicales. « Le traitement vise les tensions tendino-musculaires puis les tensions ligamentaires et capsulaires péri-articulaires. L'amélioration des mobilités articulaires ainsi obtenue permet de soulager les patients. »



- **Fibromyalgie** : les douleurs diffuses nécessitent une approche globale visant la décontraction générale. La diminution des douleurs localisées les plus aiguës est obtenue par une approche plus spécifique. « *En tant que kiné, nous sommes plutôt démunis devant cette horrible maladie. Après deux ans de pratique, je peux vous assurer du bienfait apporté à ces patients qui ne rateraient une séance pour rien au monde. Ils diminuent leur traitement médicamenteux et reprennent goût à la vie. Je n'irai pas jusqu'à dire que c'est miraculeux, mais c'est tout de même très impressionnant* ».
- **Sport** : Marc Borlée possède une grande expérience en kinésithérapie sportive. Les sportifs qui viennent le voir pour suivre des séances de PCP Therapy le font de manière préventive ou afin de favoriser la récupération après effort. « *Les sportifs fragiles musculairement, qui se blessent souvent, sont également ravis des résultats : leur corps est plus résistant, ils ne se blessent plus* ».
- **Autres** : d'autres pathologies, telle la maladie de Parkinson, peuvent également être soignées par PCP Therapy grâce à l'amélioration de la mobilité et de la posture engendrée par ce traitement. « *Un patient avec une capsulite d'épaule soignée dans un centre de rééducation pendant quatre mois, pratiquement sans résultat, a gagné plus de 30% de mobilité en 15 jours grâce à la PCP Therapy !* ».

La PCP Therapy pourrait être rapprochée du traitement d'ischémie compression¹ et du Trigger Point Pressure Release² développés par Travell et Simons pour traiter les points-gâchettes. Mais en plus du massage, ce traitement inclut cryogénéisation et étirement, TENS, ultrasons, laser, injection locale d'anesthésique, etc. Autant de contraintes et de désagréments que la PCP Therapy permet d'éviter. Le seul traitement par pression continue profonde engendre les cinq effets majeurs suivants :

1. **Un effet antalgique** : produit par la libération et la diffusion d'endorphine endogène, il est rapide et localisé.
2. **Un effet réparateur** : création de microlésions fraîches qui cicatriseront mieux qu'une lésion chronique non évolutive et douloureuse.
3. **Drainage veino-lymphatique** : engendré par la décontraction et le relâchement de la masse musculaire, favorisant ainsi la circulation sanguine.
4. **Rétablissement du schéma postural initial** : la réharmonisation musculosquelettique modifie le schéma postural.
5. **Optimisation du protocole thérapeutique** : les progrès effectués donnent confiance au patient, ce qui contribue à la réussite du traitement.



Autant d'éléments qui ont conquis Marc Borlée et l'ont convaincu de l'efficacité de la PCP Therapy. « *C'est une technique bluffante, qu'il faut absolument essayer pour se rendre compte de son efficacité !* », nous glisse-t-il en guise de conclusion. ●

¹ Wang YH. (2010) Ischemic compression block attenuates mechanical hyperalgesia evoked from latent myofascial trigger points. *Exp Brain Res.*202(2):265-70

² Travell, Simon (1983) Myofascial Pain and Dysfunction : The Trigger Point Manual

<p style="font-size: small;">International Physiotherapy Group for Cystic Fibrosis - Belgium</p>  <p style="font-size: x-small;">Vereniging voor Ademhalings Kinesitherapeuten, V.A.K.-V.Z.W. Association de Kinésithérapeutes Respiratoires, A.K.R.-A.S.B.I.</p>	 <p style="font-weight: bold; color: red;">Province de Liège</p> <hr style="border: 0; border-top: 1px solid black;"/> <p>Enseignement</p> <hr style="border: 0; border-top: 1px solid black;"/> <p style="background-color: #0056b3; color: white; padding: 2px; font-size: x-small;">Haute Ecole de la Province de Liège</p>
<h2 style="color: #0056b3; margin: 0;">Formation Drainage Autogène 2014</h2>	
<p style="font-size: x-small;">NOTRE ASSOCIATION ORGANISE EN COLLABORATION AVEC LA HAUTE ECOLE DE LA PROVINCE DE LIÈGE, UNE SESSION DE FORMATION COMPLÈTE SUR LA TECHNIQUE DU "DRAINAGE AUTOGÈNE". CETTE TECHNIQUE DE KINÉSITHÉRAPIE RESPIRATOIRE MISE AU POINT PAR MONSIEUR JEAN CHEVAILLIER, EST LARGEMENT UTILISÉE DANS LE TRAITEMENT DES PATHOLOGIES RESPIRATOIRES OBSTRUCTIVES ET PRACTIQUÉE DANS UN NOMBRE CROISSANT DE CENTRES ET CABINETS DE KINÉSITHÉRAPIE EN EUROPE.</p>	
Formateur	M. Jean Chevallier
Dates	Théorie sur 4 journées complètes : de 9:00 à 17:00 heures 13-14-15-16 octobre 2014
	Pratique sur 1 journée : de 9:00 à 17:00 heures
	> Soit Samedi 8 novembre 2014 - pour le premier ½ groupe
	> Soit Dimanche 9 novembre 2014 - pour le second ½ groupe
Lieu	Haute Ecole de la Province de Liège Quai du Barbou 2 B-4020 LIÈGE
Prix	680,-€
Organisateur	V.A.K.-A.K.R./I.P.G.C.F Secrétariat - Nieuwelaan 119 - bte16 - 1853 GRIMBERGEN tél : 0479/42.99.60 E-mail : akr.vak.adm@skynet.be