

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.

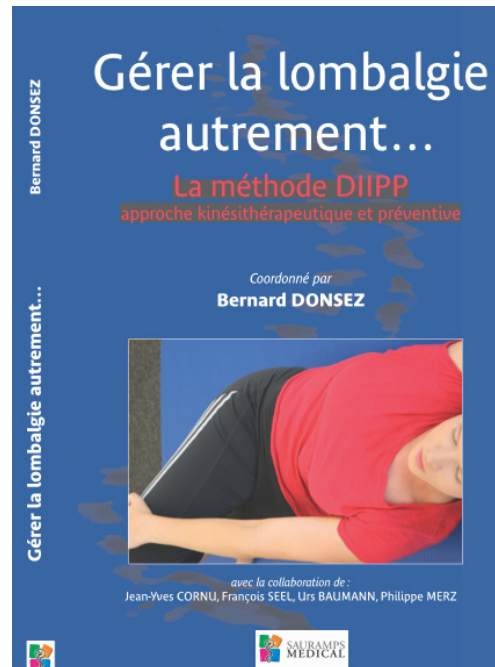
DIIPP contient le terme Intrinsic. Cela signifie que le patient exerce lui-même les forces correctrices.

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

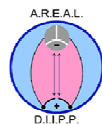
Bernard Donsez

kinésithérapeute et
ostéopathe est l'initiateur de
la méthode DIIPP

Votre kinésithérapeute

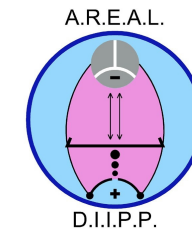


I.S.B.N. : 978-2-84023-995-6
Editeur: Sauramps Medical 2015
EAN : 9782840239956

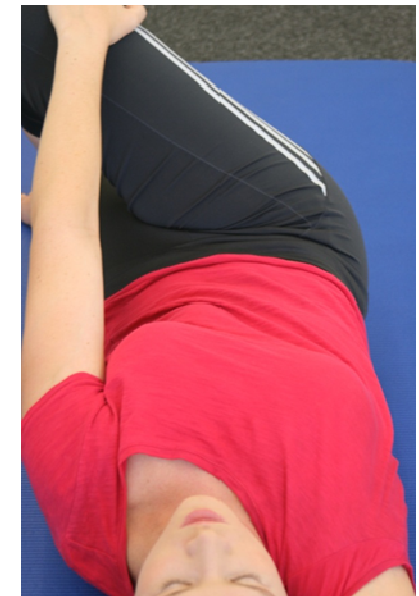


AREAL-DIIPP
Steinbühlallee 136
CH 4123 Allschwil
www.diipp.com
www.sfabs.ch/partner/diipp.html

DIIPP



Applications lors
de troubles aigus
au niveau lombaire



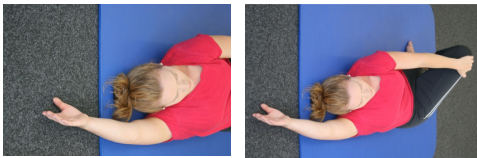
APPLICATION LORS DE TROUBLES LOMBAIRES

- Couché sur le dos: position détendue et confortable
- Fléchir la jambe droite et la passer pardessus la gauche, puis la poser à



terre au niveau du genou gauche

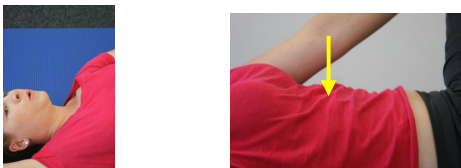
- La main gauche saisit le genou droit, légère mise en tension



- Le bras droit est positionné près de la tête dans le prolongement du corps



- Inspirer profondément par le nez, le ventre se gonfle
- Expirer complètement par la bouche

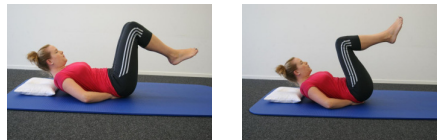


APPLICATION LORS DE TROUBLES DE LA REGION LOMBO-SACRÉE

- Couché sur le dos: position détendue et confortable
- Placer les deux mains serrées sous le coccyx afin de former un point d'appui



- La tête repose sur un coussin



- Tête et genoux se rapprochent simultanément pendant l'inspiration volontaire et ample,



lors du retour effectuer une expiration volontaire et ample



Adaptation:

Poser les pieds sur un coussin

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

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
- Rehausser le point de départ des pieds par un coussin, afin de réduire le bras de levier et ainsi la mise en charge du bas du dos.