

RESUME

La sangle abdominale a tendance à être hypotonique chez les patients atteints de lombalgies ou lomboradiculalgies. Si l'aspect néfaste de la gymnastique abdominale traditionnelle a été affirmé par différents auteurs, tels le Dr De Gasquet ou M. Caufriez, il ne faut tout de même pas cesser toute activité abdominale. De nouvelles techniques ont donc vu le jour, telle la Gymnastique Abdominale Hypopressive, développée par ce dernier.

Nous décrivons dans cet écrit la prise en charge d'une patiente opérée d'une hernie discale avec stabilisation dynamique, et plus particulièrement l'adaptation de cette technique qui était initialement indiquée dans le cadre du post-partum.

Après trois semaines de rééducation, nous notons une augmentation du tonus de la sangle abdominale, dont l'évaluation est limitée par le caractère subjectif du bilan. Mais cette gymnastique doit être poursuivie de façon autonome à domicile, puisque ses effets ne sont objectivables qu'au bout de quatre à six mois selon M. Caufriez.

Mots clés : Gymnastique Abdominale Hypopressive, abdominaux, hernie discale