

## RESUME

Le muscle diaphragme occupe une place essentielle dans la vie humaine. Sa place et sa structure lui imposent des adaptations constantes induisant souvent des dysfonctions localisées ou au contraire à distance. Etant celui qui « boucle toutes les chaînes » nous nous sommes demandé si une posture de la chaîne inspiratoire permettrait de corriger une dysfonction inspiratoire du diaphragme.

Nous avons effectué, sur un échantillon de 30 sujets sains (14 hommes et 16 femmes âgés en moyenne de 21, 83 +/- 1, 29 ans) un examen d'inclusion mettant en évidence une dysfonction mécanique du diaphragme. Notre examen clinique nous a permis de diviser le groupe initial en 2 sous-groupes, en fonction de l'importance de la dysfonction.

Nous avons réalisé 4 mesures de la Pression Inspiratoire Maximale (Pi max) et 2 mesures des périmètres axillaires, xiphoïdien et abdominal. Tous les sujets ont bénéficié de la même posture maintenue 30 minutes. Nous avons réévalué les paramètres 5 minutes et 7 jours après la phase de posture afin d'en analyser les effets à court et moyen terme. Pour évaluer l'évolution constante des améliorations, nous avons réalisé une seconde phase de posture 7 jours après les premières et mesuré les mêmes paramètres 5 minutes après.

Nos résultats tendent vers une modification statistiquement et cliniquement significative de la Pi max. Les gains obtenus ne sont statistiquement pas significatifs entre les 2 sous-groupes mais tendent vers une évolution meilleure dans le sous-groupe présentant une dysfonction plus importante. Nous n'avons pas obtenu de résultats précisant une modification significative des périmètres thoraco-abdominaux. D'un point de vue clinique, nous obtenons toutefois une modification favorable du type respiratoire.

L'utilisation de posture globale d'étirement semble donc à préconiser dans le traitement d'une dysfonction mécanique du diaphragme. Le motif de consultation en masso-kinésithérapie n'étant pas spécifique à ce type de dysfonction, l'inclusion de postures permettrait alors d'optimiser les prises en charges, notamment dans le traitement de pathologies diverses (algies rachidiennes, pathologies respiratoires, ...) et la performance sportive.

Mots clés : diaphragme chaîne musculaire, étirement, dysfonction mécanique, paramètres respiratoires

Keywords: diaphragm muscular chain, stretching, mechanical dysfunction, respiratory parameters