

Le Syndrome douloureux régional complexe

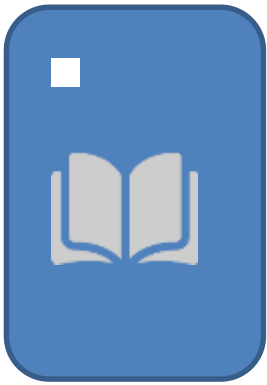
Arnaud Dupeyron MD, PhD - Gabriel Cohen-Aknine MKDE, PhD
Département Médecine Physique & de Réadaptation
CHU Nîmes
Faculté de Médecine Montpellier-Nîmes

Objectifs pédagogiques

- Connaître les principales hypothèses physiopathologiques d'un SDRC
- Savoir diagnostiquer cliniquement un SDRC
- Savoir prescrire les examens complémentaires
- Connaître les principes de traitement

Plan

- Qu'est ce qu'un SDRC?
 - Définition
 - Epidémiologie et facteurs de risque
 - Description et critères cliniques
- Quels examens sont utiles ?
- Principes de traitement
 - Médicamenteux
 - Non médicamenteux



Définition

SDRC ?

Algodystrophie - Algoneurodystrophie

Algoneurodystrophie post-traumatique - dystrophie traumatique

Désordres vasomoteurs post-traumatiques - Dystrophie neurovasculaire - Vasospasme

Syndrome douloureux post-traumatique (Leriche)

Ostéoporose douloureuse post-traumatique - Atrophie osseuse aiguë

Causalgie (Weir-Mitchell)

Atrophie de Sudeck

Sympathalgie post-traumatique - Oedème chronique traumatique - Trophoneurose

Syndrome épaule - main

Reflex Sympathetic Dystrophy ou Sympathetically Maintained Pain

CRPS – SDRC

Complex Regional Pain Syndrome - Syndrome douloureux régional complexe

Définition

Le terme syndrome douloureux complexe désigne un **ensemble de syndromes douloureux** caractérisés par :

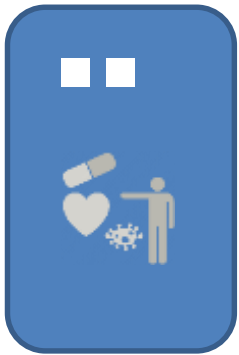
- une **douleur persistante** (spontanée et/ou provoquée), **disproportionnée** par rapport au traumatisme ou à la lésion initiale.
- une **topographie** de la zone douloureuse est **régionale** (i.e. : un membre) et ne correspond ni à un dermatome ni à un territoire nerveux systématisé.
- les symptômes **prédominant en distalité** et associent de manière variable et / ou inconstante des signes cliniques:
 - Sensitif,
 - Vaso-moteurs,
 - Œdème ou sudoromoteur,
 - Moteur ou trophique.
- une évolution qui est **variable dans le temps**.

Définition

SFETD 2019

« Le syndrome douloureux régional complexe (SDRC) est un syndrome douloureux polymorphe articulaire et périarticulaire associé à des modifications variées de la sensibilité, des modifications vasomotrices, sudomotrices, musculaires et trophiques »

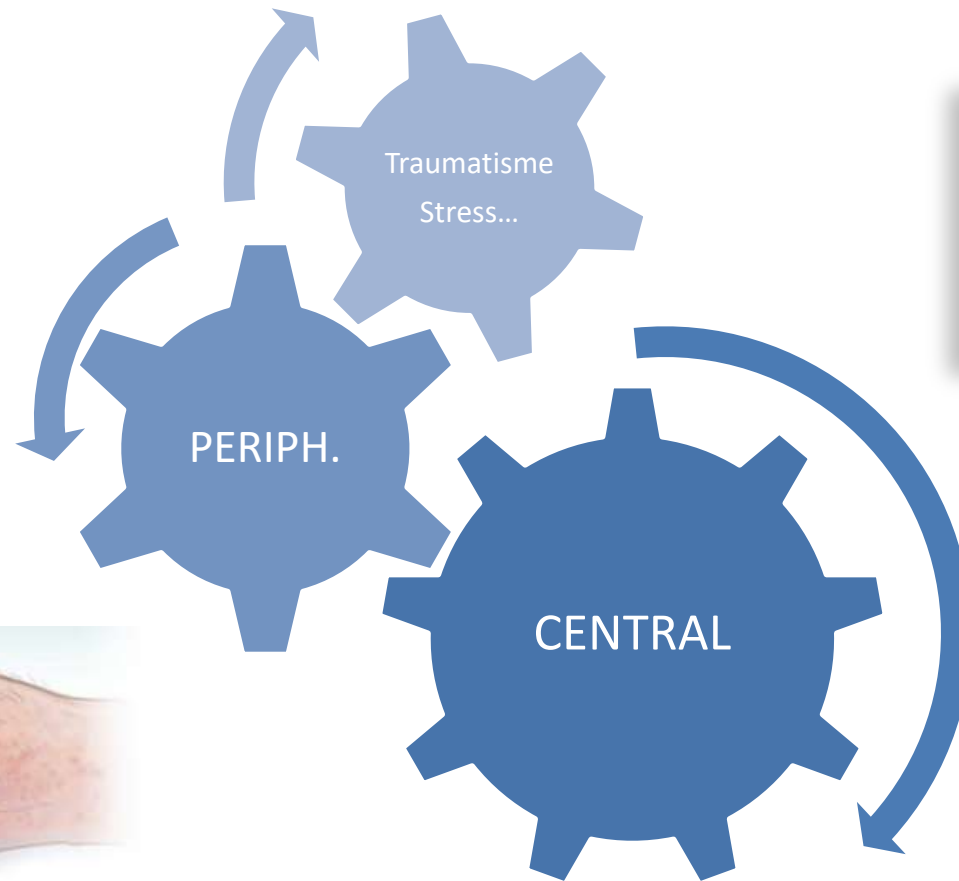




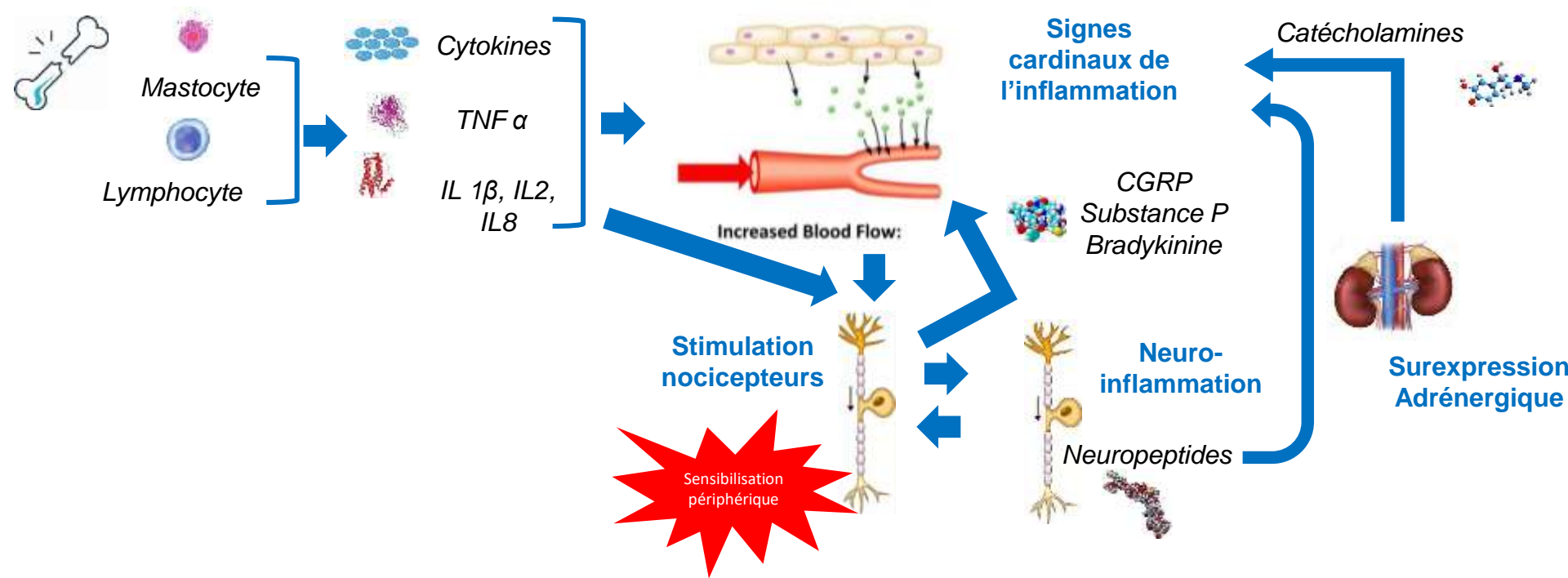
Physiopathologie

Physiopathologie

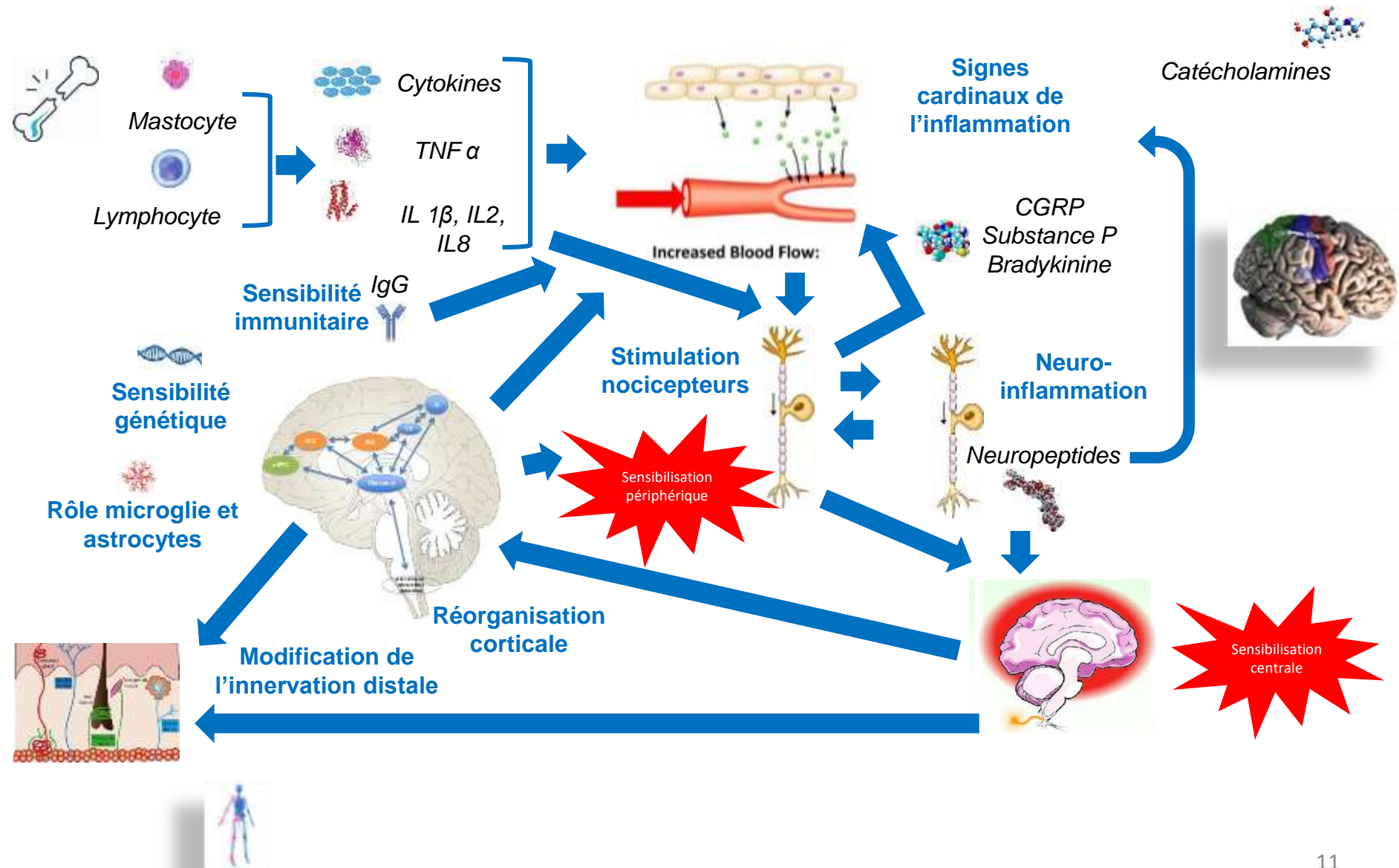
Mécanismes en jeu
et cibles potentielles de rééducation



Physiopathologie



Physiopathologie



Physiopathologie

A Nociceptive pain

Harmful stimuli activate pain receptors (e.g., rheumatoid arthritis)

Conventional treatment such as medicines or surgery can be effective

B Neuropathic pain

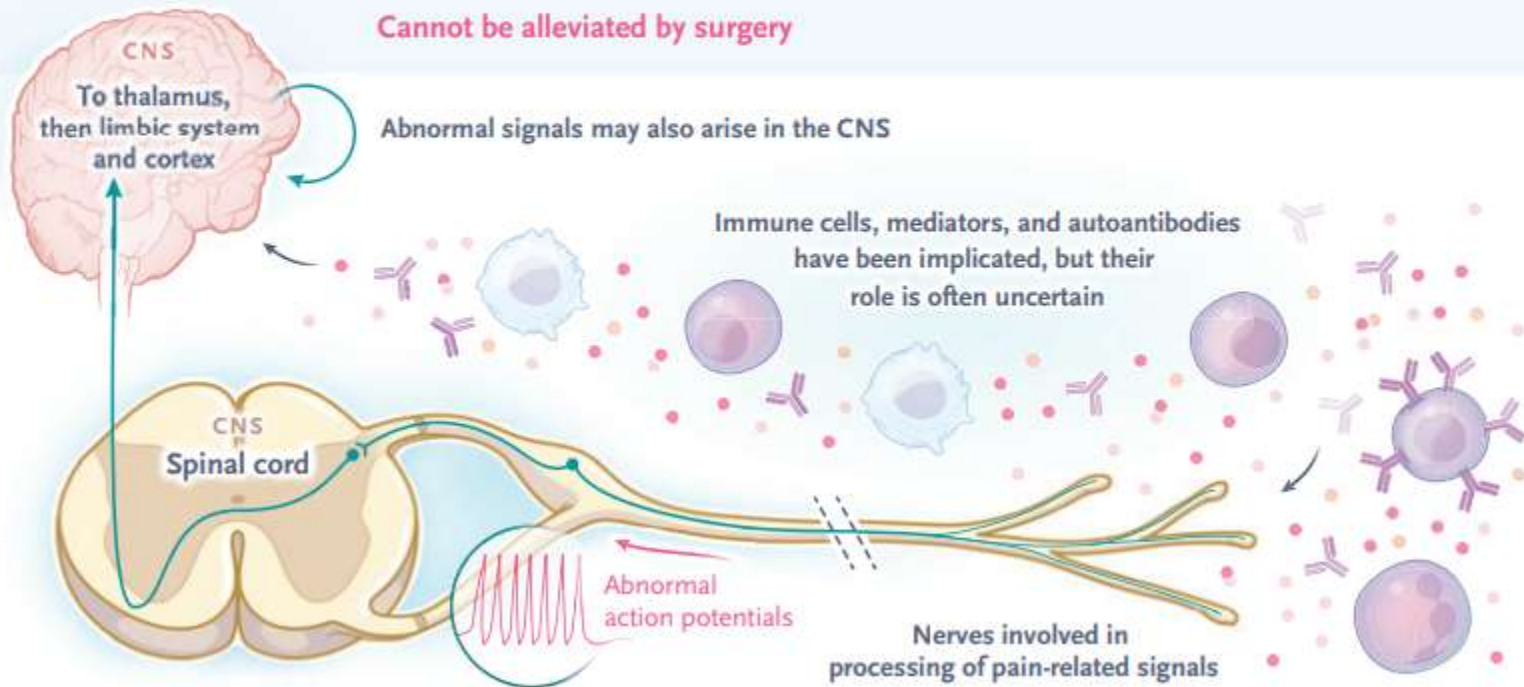
Lesion or disease directly affecting somatosensory nerves such as carpal tunnel syndrome, disc prolapse, diabetes, or stroke

Conventional treatment such as medicines or surgery might be effective

C Nociceptive pain

Disturbances in pain processing (change of nerve function with abnormal electrical signals) not explained by structural tissue change or separate disease affecting the peripheral nervous system or central nervous system (CNS)

Cannot be alleviated by surgery



Physiopathologie

- Dysfonction de réseau neuronal *Zangrandi, Allen Demers & Schneic*
Schéma corporel +++
- Réorganisation du cortex moteur et somatosensoriel *M*
- Réorganisation des structures sous corticales *Azqueta-Gava*
Ganglions de la base ++
- Dysfonction motrice ++
- Diminution/Perte axonale cortex préfrontal (processus
Corrélié au catastrophisme *Im et al. 2021 (Archives of Physical Medicine and*
- Activation de la neuromatrice de la douleur *Shokouhi et al. 2026*
Prémoteur/Sub Grise périaqueducale / Thalamus / Hy
Ganglions de la base

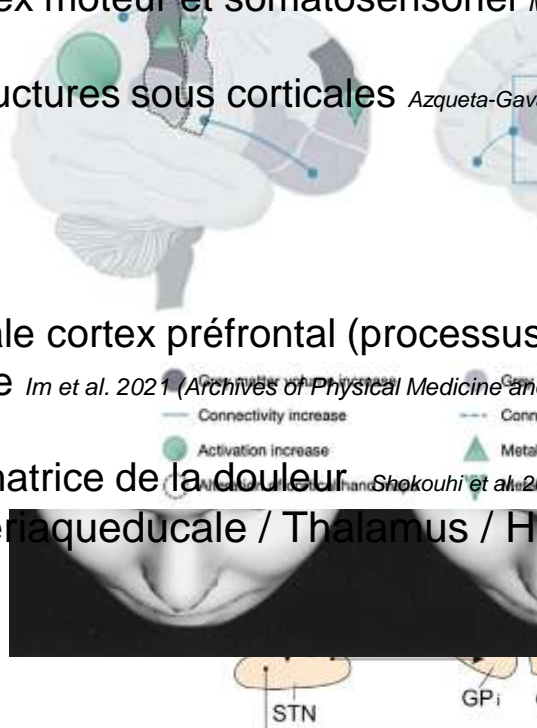


Table 1 Movement disorders in CRPS patients.

| Symptom | % Affected (n/n _{ev}) | Study (References) |
|-----------------------------|---------------------------------|--------------------------|
| Dystonia | 59.5 (110/185) | van Rijn et al. (2007) |
| | 32.8 (19/58) | Verdugo and Ochoa (2000) |
| | 30.0 (43/145) | Birkelein et al. (2000) |
| | 19.9 (138/692) | de Boer et al. (2011) |
| Tremor | 57.0 (12/21) | Deuschl et al. (1991) |
| | 49.0 (346/713) | Veldman et al. (1993) |
| | 48.0 (70/145) | Birkelein et al. (2000) |
| | 15.0 (9/58) | Verdugo and Ochoa (2000) |
| | 11.5 (80/692) | de Boer et al. (2011) |
| Incoordination of movements | 9.8 (18/185) ^a | van Rijn et al. (2007) |
| | 54.0 (340/630) | Veldman et al. (1993) |
| Movement initiation | 45.0 (65/145) | Birkelein et al. (2000) |
| Involuntary movements | 36.0 (213/597) | Veldman et al. (1993) |
| Muscle spasms | 58.0 (18/31) | Galer et al. (2000) |
| | 25.0 (181/728) | Veldman et al. (1993) |
| Myoclonus jerks | 17.3 (32/185) ^b | van Rijn et al. (2007) |
| | 8.6 (5/58) | Verdugo and Ochoa (2000) |
| Muscle weakness | 94.5 (500/529) | Veldman et al. (1993) |
| | 78.6 (114/145) | Birkelein et al. (2000) |
| | 71.0 (22/31) | Galer et al. (2000) |
| | 67.2 (39/58) | Verdugo and Ochoa (2000) |
| | 55.1 (344/624) | de Boer et al. (2011) |
| Limitation of movement | 87.5 (709/810) | Veldman et al. (1993) |
| | 74.0 (497/672) | de Boer et al. (2011) |
| | 71.0 (22/31) | Galer et al. (2000) |

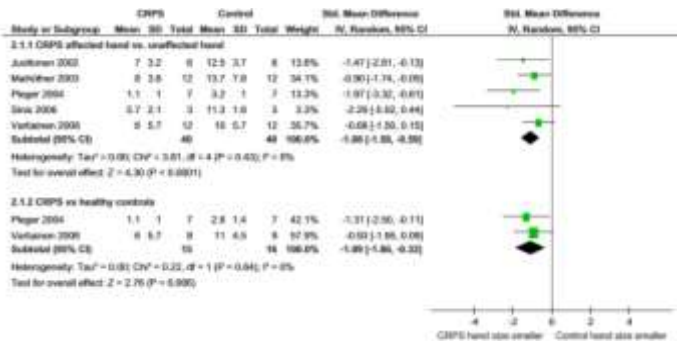
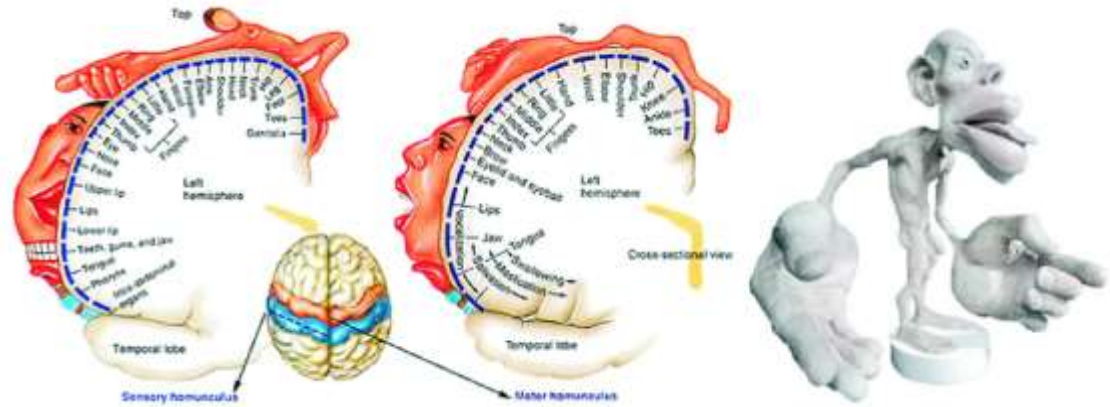
n: Frequency of presented MD.

n_{ev}: Number of evaluated patients in the study.

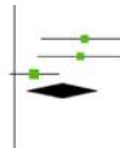
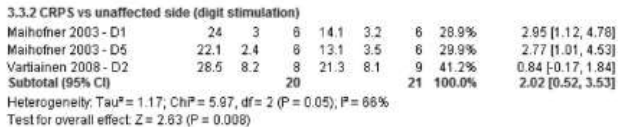
^aPatients presented tremor in combination with other MDs such as dystonia and myoclonus.

^bPatients presented myoclonus jerks in combination with other MDs such as dystonia and tremor.

Physiopathologie



↓ représentation du membre en S1



↑ désinhibition intracorticale
(sujet SDR / sujet sain)

↓ force d'activation S1
(hémisphère patho/hémisphère sain)

Maihofner, Seifert & Markovic 2010 (European Journal of Neurology)
Di Pietro et al. 2013 (The Journal of Pain)
Di Pietro et al. 2013b (The Journal of Pain)

Physiopathologie

Halicka et al. 2020 (Behavioural Neurology)

Modifications neuropsychologiques :

- Défaut de reconnaissance du membre (lenteur, ↑erreurs)
- Défaut d'estimation de la taille, localisation et direction du membre
- Déviation de la représentation de la ligne médiane du corps vers membre pathologique
- Astéréognosie (objets), agnosie des doigts, dysgraphesthésie (nb de lignes), apraxie constructive (dessin objets), apraxie idéomotrice (utilisation objets), dysgraphie
- Neglect Like Syndrom : ↓ appartenance/reconnaissance/conscience membre atteint
- Asomatognosie, misoplégie

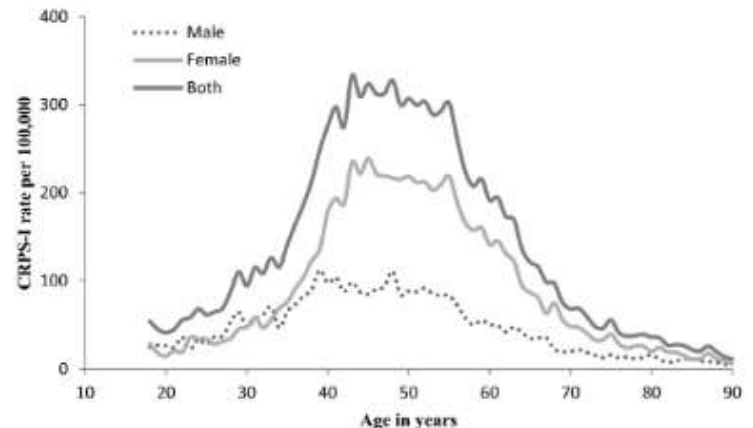




Epidémiologie

Epidémiologie

- Population
 - Sex ratio: 3 femmes / 1 homme
 - Adulte +++ / enfant et ado plus rare
 - Mb sup 60% / Mb Inf 40%
 - Post traumatique +++
- USA
 - Incidence : 5.5 °/.....
 - Prévalence: 21°/.....



Classification



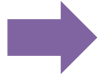
Type 1 = lésion nerveuse -

Type 2 = lésion nerveuse +

SDRC NOS (Not Otherwise Specific) = pas d'autre explication, pas tous les critères !



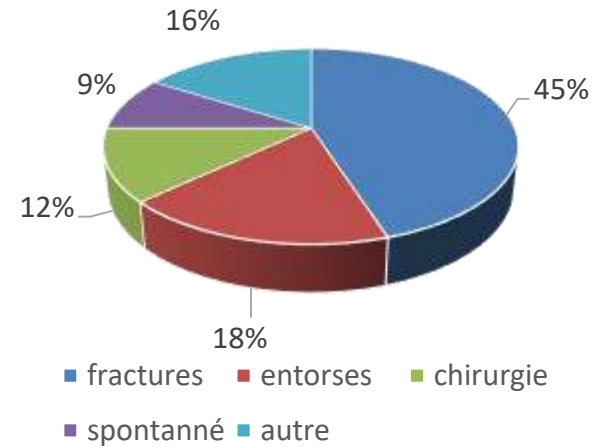
Actuelle plutôt : Chaud vs froid



Pas de consensus sur les sous groupes

Etiologies

- Traumatiques (50%)
 - fracture, luxation, entorse, contusion
 - Immobilisation (plâtre, orthèse, attelle)
 - Chirurgie (canal carpien, Dupuytren, arthroscopies, prothèses)



- Maladies neurologiques
- Grossesse (hanche)
- Maladies métaboliques (diabète, dyslipédémie...)
- Médicaments (barbituriques, antituberculeux)

Facteurs de risque

Avérés



Fracture distale du radius, luxation et fracture intra-articulaire de cheville



Sexe féminin



Douleur >5/10, > 2 jours, post op



Pas de facteur psychologique prédisposant !

Débattus



+/- Prédisposition, +/- anomalie mitochondriale



Maladie auto-immune, miroARN



Immobilisation



Asthme, migraine et enzyme de conversion de l'angiotensine




Présentation clinique

Signes cliniques

- Classiquement 2 phases
 - CHAUDE
 - Inflammatoire, « arthrite sans arthrite » avec douleur articulaire et periarticulaire, tuméfaction, œdème, chaleur locale et retentissement majeur
 - FROIDE
 - Secondaire, inconstante, trophique avec enraidissement, rétractions, modifications cutanées
 - Timing très variable
 - Habituel phase chaude puis froide
 - D'emblée froide, purement chaude, alternance

Signes cliniques

-  Douleur :
 - permanente, disproportionnée
 - 98% au mouvement, 75% repos
- Sensitif
- Vaso-moteur
- Sudoro-moteur
- Moteur
- Trophique



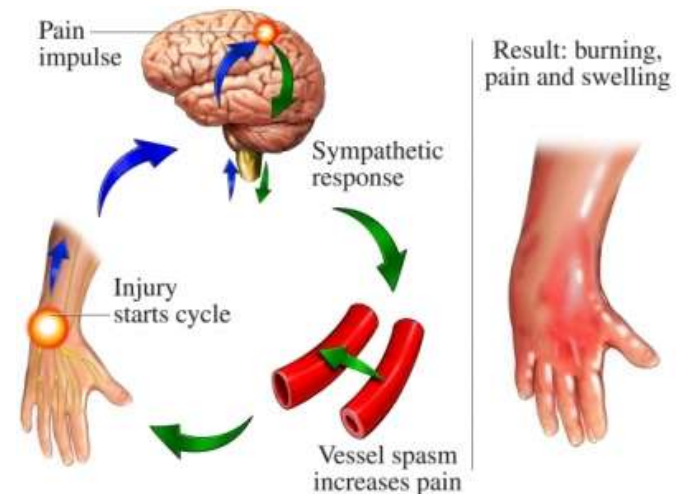
Signes cliniques

- Douleur
- **Sensitif**
 - hyperesthésie, allodynie
- Vaso-moteur
- Sudoro-moteur
- Moteur
- Trophique



Signes cliniques

- Douleur
- Sensitif
- **Vaso-moteur**
 - rouge pâle ou légèrement bleutée, chaude ou froide
- Sudoro-moteur
- Moteur
- Trophique



Signes cliniques

- Douleur
- Sensitif
- Vaso-moteur
- **Sudoro-moteur**
 - hyperhydrose, anhydrose
- Moteur
- Trophique



Signes cliniques

- Douleur
- Sensitif
- Vaso-moteur
- Sudoro-moteur
- **Moteur**
 - Raideur, perte de force, dystonie, tremblement
- Trophique



Signes cliniques

- Douleur
- Sensitif
- Vaso-moteur
- Sudoro-moteur
- Moteur
- **Trophique**
 - atrophie cutanée, dépilation ou hypertrichose, ongles cassants



Diagnostic

Critères de Budapest

PATIENT

PROF. DE SANTÉ

| | Cocher si présent |
|---|---|
| 1 Douleur permanente, disproportionnée par rapport à un éventuel événement déclenchant | <input type="checkbox"/> |
| 2 Le patient doit signaler au moins un symptôme dans trois des quatre catégories suivantes : | Clinique : minimum 3/4 OU recherche : 4/4 |
| • Sensorielle : hyperesthésie (augmentation de la perception des stimuli) et/ou allodynie (douleur en réponse à des stimuli normalement non douloureux) | |
| • Vasomotrice : asymétrie de température et/ou modifications de la couleur cutanée et/ou asymétrie de couleur cutanée | |
| • Sudomotrice/œdème : œdème et/ou modifications de sudation et/ou asymétrie de sudation | |
| • Motrice/trophique : réduction d'amplitude articulaire et/ou dysfonction motrice (faiblesse, tremblement, dystonie) et/ou modifications trophiques (poils, ongles, peau) | |
| 3 Au moment de l'examen, on doit observer au moins un signe dans deux ou plus des quatre catégories suivantes : | Minimum 2/4 |
| • Sensorielle : hyperalgésie (à la piqûre) et/ou allodynie (au toucher léger et/ou aux stimuli thermiques et/ou à la pression somatique profonde et/ou à la mobilisation articulaire) | |
| • Vasomotrice : asymétrie de température ($> 1^{\circ}\text{C}$) et/ou modifications ou asymétrie de la couleur cutanée | |
| • Sudomotrice/œdème : œdème et/ou modifications de sudation et/ou asymétrie de sudation | |
| • Motrice/trophique : réduction d'amplitude articulaire et/ou dysfonction motrice (faiblesse, tremblement, dystonie) et/ou modifications trophiques (poils, ongles, peau) | |
| 4 Absence d'autres diagnostics pouvant mieux expliquer les signes et symptômes | <input type="checkbox"/> |

Sensibilité 85%
Spécificité 60%

Diagnostic différentiel

- **Pathologie locale** : fracture, arthrose, arthrite, inflammation, syndrome des loges, douleur myofasciale...
- **Affection artérielle, veineuse ou lymphatique** : Vascularite, syndrome de Raynaud, lymphœdème, érythromégalie secondaire...
- **Lésion centrale** : Tumeur médullaire
- **Lésion nerveuse périphérique et neuropathies** : Compression nerveuse, syndrome du défilé thoraco-brachial, polyneuropathie...
- **Tumeur maligne** Tumeur glomique, carcinomes...
- **Pathologie psychiatrique** : Syndrome conversif (trouble neurologique fonctionnel), syndrome dissociatif...

| Diagnostic différentiel du syndrome de douleur régionale complexe |
|---|
| <ul style="list-style-type: none">▪ Syndrome de douleur neuropathique▪ Polyneuropathie périphérique▪ Entrapement nerveux▪ Radiculopathie▪ Névralgie posttherpétique▪ Douleur post-AVC▪ Plexopathie▪ Atteinte du neurone moteur |
| Autres |
| Maladie vasculaire <ul style="list-style-type: none">▪ Thrombose▪ Acrocyanose▪ Athérosclérose▪ Maladie de Raynaud▪ Érythromégalie |
| Inflammation <ul style="list-style-type: none">▪ Érysipèle▪ Inflammation NOS▪ Bursite▪ Arthrite séronégative▪ Maladie rhumatologique |
| Douleur myofasciale <ul style="list-style-type: none">▪ Surutilisation▪ Non-utilisation▪ Épicondylite▪ Traumatisme par mouvements répétitifs▪ Fibromyalgie |
| Problèmes psychiatriques <ul style="list-style-type: none">▪ Trouble somatoforme▪ Syndrome de Münchausen |

Formes cliniques particulières

SDRC PEDIATRIQUE



Prévalence <



Guérison > (jusqu'à 93%)



85 % ♀, ≈ 13 ans



Membre inf dominant (80 %)



Secondaire trauma ++ (71%)



Facteurs psychosociaux
précurseurs



Possible facteur génétique,
Parvovirus B19, allergies



SDRC POST AVC



≈ 8% des AVC



Prévalence ♀



1 à 6 mois post-AVC

SDRC FEMME ENCEINTE



3^{ème} trimestre, jeune mère



Hanches (90%), et membre inf



∅ avec accouchement

Etiologies neurologiques

- Accident vasculaire cérébral
 - Classique « Syndrome Epaule Main »
 - Femme, 1 à 6 mois post AVC
 - Prévalence très variable 2 à 50 %
 - Mécanismes
 - Consensus : facteurs biomécaniques et microtrauma de l'épaule hémiparétique
 - Sub-luxation + fréquente si AVC + CRPS
 - Faiblesse initiale + sévère (prédicteur indépendant CRPS à 3 mois)

McLean Archves Phys Med Rehabil 2004

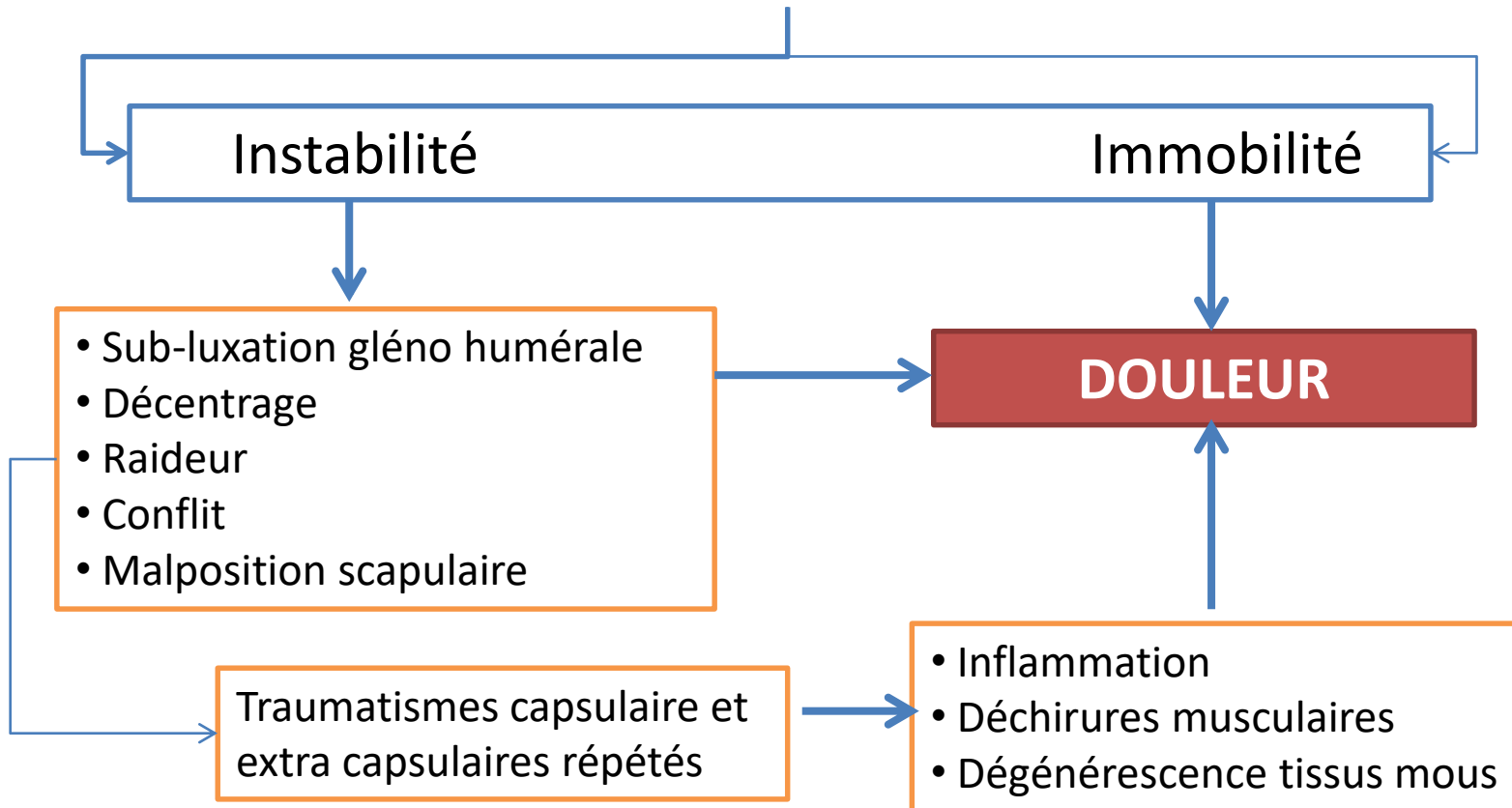
Kocabas Int J Rehabil Res 2007

Daviet Am J Phys Med Rehabil 2002

Etiologies neurologiques

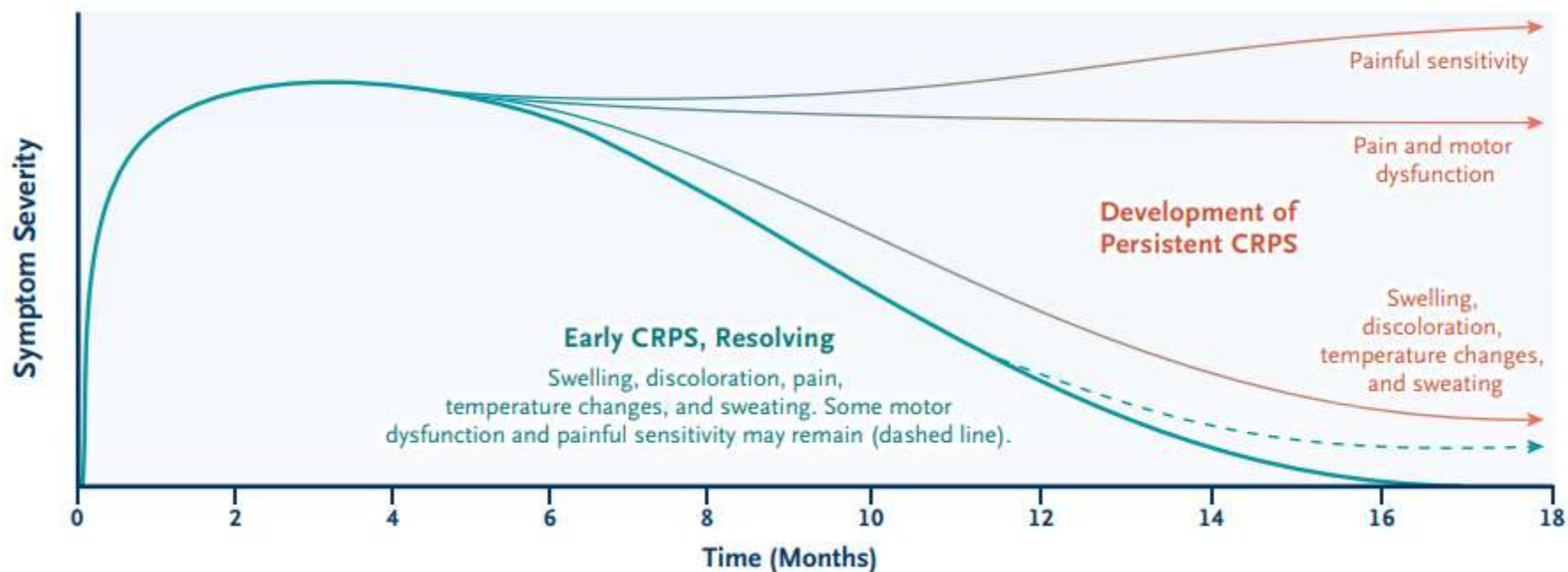
AVC

- Faiblesse
- Atrophie
- Spasticité



Evolution

B CRPS Timeline





Paraclinique

Bilan complémentaire

- Biologie
 - Normale
 - Vs, CRP pour éliminer une autre origine
 - Infectieuse, inflammatoire, néoplasique

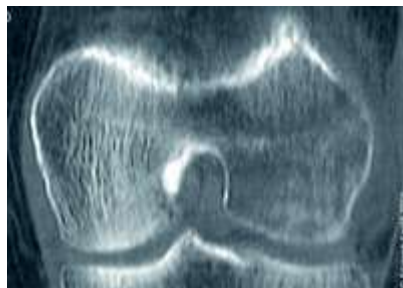
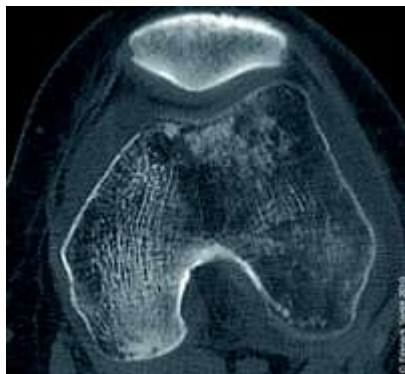
Bilan complémentaire

- Radiographie
 - Normale les premières semaines
 - Puis deux signes
 - Interligne artriculaire conservé
 - Déminéralisation
 - Signes retardés (4^{ème} semaine)
 - Ostéopénie métaphysaire peri articulaire
 - Lacunes à contours flous : Aspect moucheté, pommelé
 - Aucun intérêt dans le suivi
 - reminéralisation plusieurs mois voir un an après



Bilan complémentaire

- Tomodensitométrie
 - Elimine diagnostic différentiel
 - Aucun intérêt dans le suivi

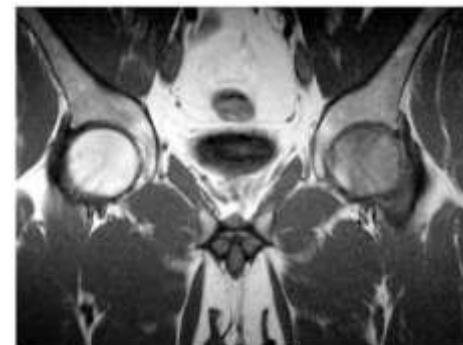


Bilan complémentaire

Sensibilité 91%
Spécificité 17%

- IRM

- Très sensible mais peu spécifique
- Apprécie parties molles et moëlle osseuse:
 - Hyposignal T1 se rehaussant avec le gadolinium,
 - Hypersignal T2 traduisant l'œdème spongieux,
 - Epanchement artriculaire,
 - Epaissement / œdème des tissus mous
- Intérêt Hanche+++
- Aucun intérêt pour le suivi

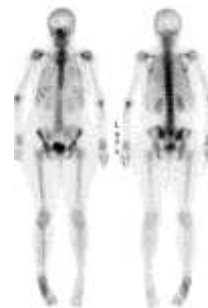


Bilan complémentaire

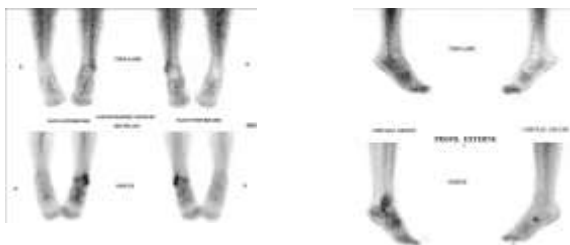
- Scintigraphie

- Sensible et spécifique

- Méthode rigoureuse : dynamique en 3 temps



Sensibilité 80%
Spécificité 73%



Phase chaude

Phase froide



Temps vasculaire



Temps tissulaire



Temps osseux



Suivi:

Hyperactivité initiale intense = facteur de bon pronostic

Lente diminution des anomalies ou faible hyperactivité initiale => évolution chronique

Effet des traitements = normalisation plus rapide de la phase vasculaire



Traitements

Traitements

- Traitements médicamenteux
 - Non Invasifs
 - Invasifs
- Traitements non médicamenteux
 - Moyens
 - Mobilisations et douleur
 - Stratégies thérapeutiques

Traitements

Médicamenteux

- Antalgiques, antidépresseurs, anxiolytiques
 - Antalgiques Niveau I , II et III, AINS souvent peu efficaces
 - Antidépresseurs peu efficaces
 - Gabapentine
 - ↗ les douleurs: hyperesthésie, allodynie (600-1800/j)
 - Amélioration des capacités sensitives (réorganisation?)
 - Carbamazepine, Prégabaline peu efficaces
 - Kétamine

Perez *BMC Neurol* 2011

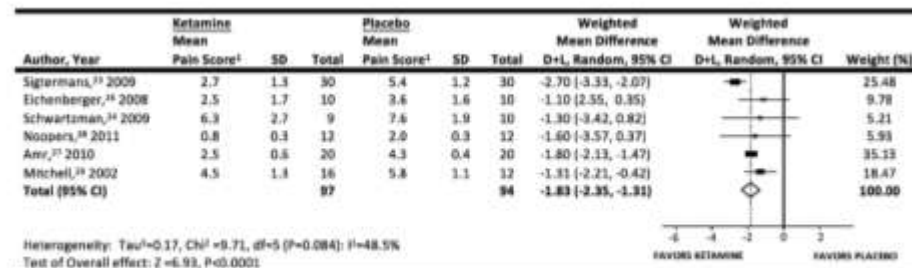


Figure 3. Forest plot of the effects of ketamine infusion on maximum reduction in mean numeric rating scale (0–10) pain score. df indicates degrees of freedom; D+L, DerSimonian and Laird.

Traitements

Médicamenteux

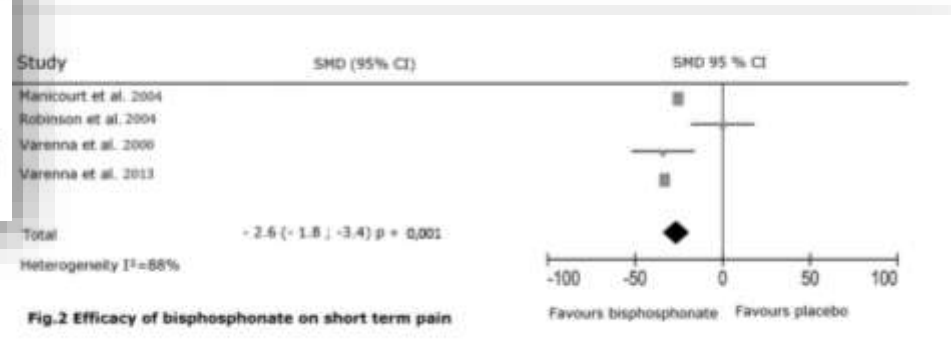
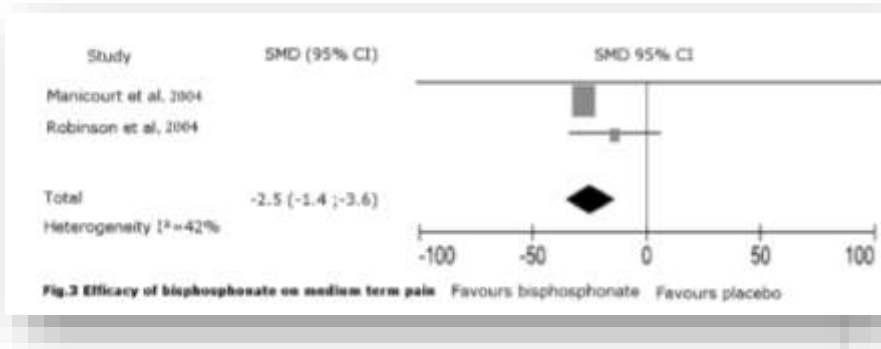
- Calcitonine
 - 30 ans d'usage sans preuve
 - Retirée du marché en 2004
 - Aurait pourtant été préventif dans l'hémiplégie sévère (12.5% vs 51%)
- Corticoïdes
 - Inconstant (dose, durée, outcomes)
 - Prednisolone (40mg/j, 14j) > Pyroxicam (AVC)
 - Steroïdes faibles doses 10j => guérison (AVC)

Kalita *QJ Med* 2006

Braus *Ann neurol* 1994

Traitements

Médicamenteux



- Bisphosphonates
 - Inconstant

Forouzanfar et al Eur J Pain 2002
Manicourt et al Arthritis Rheum 2004

31 patients , pamidronate 30 mg i.v. x 3 jours, suivi 15 mois , réduction 50% scores douleur

29 patients , pamidronate 60 mg i.v. x 3 jours, suivi 45 jours , réduction 90% intensité douleur
amélioration 70% scores fonctionnels

Traitements

Médicamenteux

Invasifs

- Infiltrations de corticoïdes intra-articulaires ou intra-canaliaires
- Blocs du système nerveux sympathique
 - Bloquer les récepteurs α et β adrénergique périph
 - Pré ganglionnaire (péridural), tronculaires (one shot, continus)
 - Ganglionnaire (stellaire in situ)
 - Post ganglionnaire (Intra veineux)
- Neurostimulation médullaire



Traitements

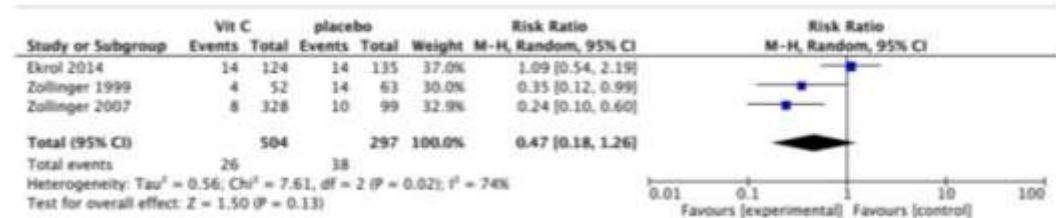
Médicamenteux PREVENTION

Vitamine C :

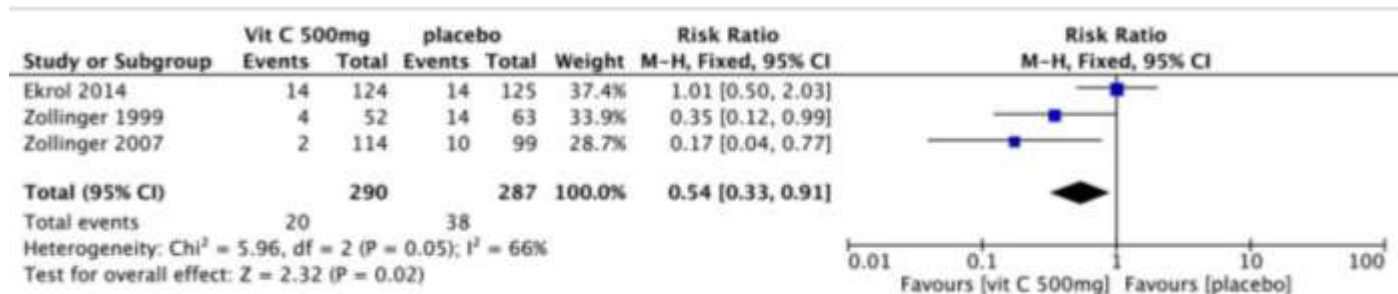
➤ 3 revues systématiques et une méta analyse

➤ « Anti radicaux libres »

➤ Action « anti-inflammatoire » préventive



Toutes doses confondues
50j



Dose de 500 mg

Aim et al. 2017 (Orthopaedics & Traumatology: Surgery & Research)
Seth et al. 2021 (J Foot Ankle Surg)
Hung et al. 2021 (Scientific Reports)

Traitements

Traitements physiques et de rééducation

- Les moyens dont nous disposons
 - Physiothérapie
 - Kinésithérapie
 - Ergothérapie
- Peut-on mobiliser un patient douloureux?
- Les stratégies de rééducation: objectifs, résultats, recommandations



Traitements

Traitement physique

- **Physiothérapie** (*Physical therapy*)

- Bains écossais: bains alternés eau chaude / froide
- Neurostimulation transcutanée
- Pressothérapie alternée par manchon
- Orthèses de soutien, stimulation musculaire



Rééducation

Les moyens

- **Kinésithérapie** (*Physiotherapy*)
 - Techniques de lutte contre la douleur, œdème, troubles trophiques
 - Massages de drainages de l'ensemble du membre (œdème)
 - Techniques de gain articulaire
 - Étirements musculaires et musculo-tendineux :
 - passifs, actifs (auto-étirements)
 - Mobilisations articulaires (manuelles ou instrumentales) :
 - passives, auto-passives (pesanteur, poulies),
 - actives aidées et actives avec techniques de facilitation (contracter/relâcher).
 - Postures des articulations et structures péri-articulaires :
 - » manuelles,
 - » instrumentales (orthèses, plâtres)
 - Techniques de gain musculaire
 - Travail musculaire isométrique puis libre
 - Travail fonctionnel
 - Marche en décharge partielle avec travail du schéma de marche (cannes ou piscine)
 - Reprise progressive de l'appui



Rééducation

Les moyens

- **Ergothérapie (Occupational therapy)**
 - Désensibilisation et discrimination tactile
 - Manipulation active d'objets de forme élémentaires puis d'objets puis complexes (travail fonctionnel)
 - Epreuves chronométrées de manipulation fines (suivi)
 - Manipulation dans le sable ou l'eau (travail sensitif) avec et sans le contrôle de la vue (proprioception)
 - Atelier d'activités artisanales (ludique)



Traitements

Traitements physiques et rééducation

- Les moyens dont nous disposons
 - Physiothérapie
 - Kinésithérapie
 - Ergothérapie
- Peut-on mobiliser un patient douloureux?
- Les stratégies de rééducation : objectifs, résultats, recommandations

Rééducation

Perez et al. BMC Neurology 2010, 10:20
http://www.biomedcentral.com/1471-2377/10/20



RESEARCH ARTICLE

Evidence based guidelines for complex regional pain syndrome type 1

Roberto S Perez^{*1,2,3}, Paul E Zollinger⁴, Pieter U Dijkstra⁵, Ilona L Thomassen-Hilgersom⁶, Wouter W Zuurmond¹, Kitty CJ Rosenbrand⁷, Jan H Geertzen⁵ and the CRPS I task force

Physiotherapy should form a part of the standard treatment of CRPS-I (level 4).

Occupational therapy has a positive effect on functional limitations, and is likely to have a positive effect on the activity level of patients with upper-limb CRPS-I (level 3: Oerlemans et al. (A2)).

There is no evidence that multidisciplinary treatment is beneficial for CRPS-I patients (level 4: Stanton-Hicks et al. (D), Rho et al. (D)).

EVIDENCE-BASED MEDICINE

Evidence-Based Interventional Pain Medicine
According to Clinical Diagnoses

16. Complex Regional Pain Syndrome

Frank van Eijs, MD^{*}; Michael Stanton-Hicks, MD, FIPP[†];

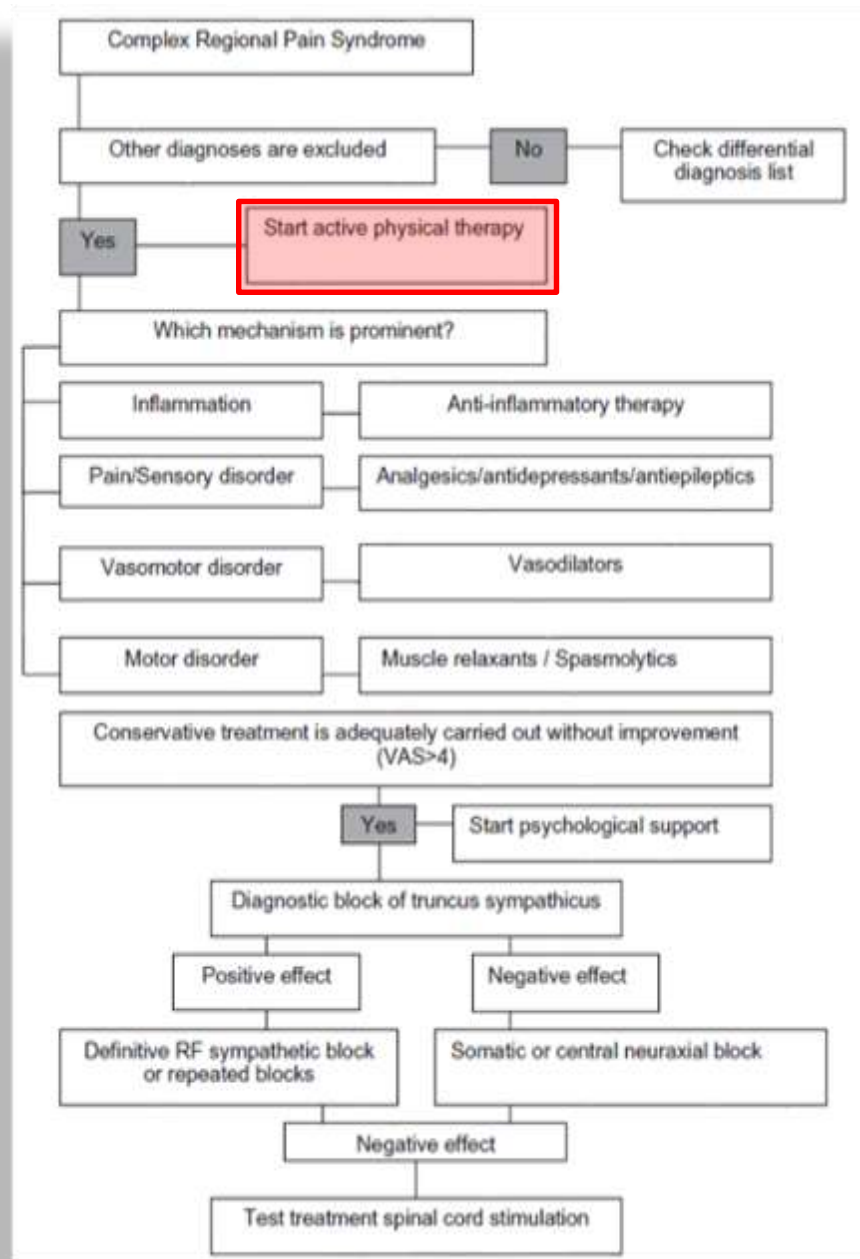
Pain Practice © 2010 World Institute of Pain, 1530-7085/11/\$15.00
Pain Practice, Volume 11, Issue 1, 2011 70-87

II.A CONSERVATIVE MANAGEMENT

The primary treatment of CRPS consists of early active mobilization physical therapy combined with pharmacological pain treatment. Physical therapy proved superior to occupational therapy and superior to a control group in a randomized controlled trial (RCT) of 135 CRPS-1 patients.²⁰ More recently, good results with a high level of evidence have been described with graded motor imagery therapy with imagined hand movements and mirror therapy for upper extremity CRPS.²¹⁻²³ The use of

Et pourtant...

Il est recommandé de commencer la rééducation (avant de connaître le mécanisme physiopathologique)



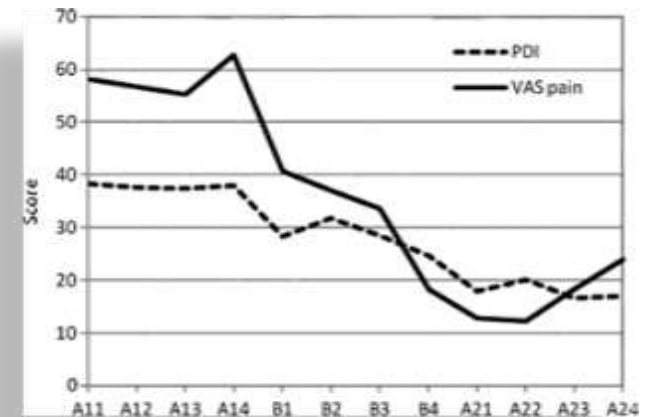
Exposition à la douleur

- Basé sur la supposition que des facteurs comportementaux et psychologiques peuvent exacerber la douleur

⇒ *contre mesure d'un comportement de déconditionnement et d'évitement de la douleur*

Exercice en charge progressive vont :

- ∨ la sensibilisation périphérique et centrale ,
- restaurer la dérégulation autonome
- restaurer les représentation corticales



Pas de majoration des phénomènes douloureux

Amélioration douleur, force, incapacité, marche, kinésiophobie

Traitements

Traitements physiques et rééducation

- Les moyens dont nous disposons
 - Physiothérapie
 - Kinésithérapie
 - Ergothérapie
- Peut-on mobiliser un patient douloureux?
- Les stratégies de rééducation: objectifs, résultats, recommandations

Rééducation

Les stratégies

– Kinésithérapie recommandée

- Recommandations Cliniques
- Livres sur la douleur
- Revue de la littérature

Harden et al, 2006

Giamberardino , 2002; Justins, 2005

Baron & Janig, 2004; Berthelot, 2006

- Kinesithérapie / Ergothérapie

- $K \geq E = \text{Placebo}$ (EVA -4.2 à 1 an)
- Kinésithérapie efficace sur incapacité
- Ergothérapie efficace sur participation

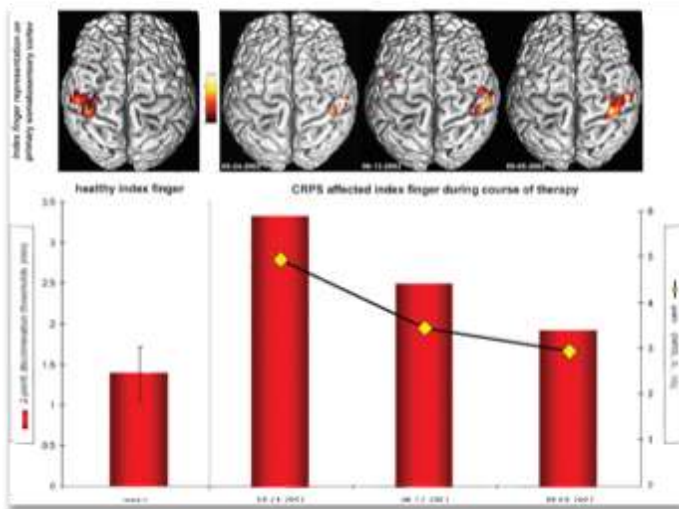


Oerlemans et al, 2000

Rééducation

Les stratégies

- Programme sensori-moteur
 - Antalgie / Reed Sensitive et Motrice
 - 6 patients
 - ↘ douleur
 - ↗ discrimination tactile
 - Réactivation S1 & S2



| Level of Therapy | p0 | p1 | p2 | p5 |
|---------------------|---|---|---|--|
| Including criterion | No pain under adequate strain | Pain only during movement | Pain less or equal than 5 on the NRS | Pain stronger than 5 on the NRS |
| Aim | Reestablishment of proprioceptive abilities | Reducing the tactile induced pain training motor functions | Reducing the tactile induced pain | Pain reduction |
| | Loosening up enemies of untractable joints | Reestablishment of proprioceptive abilities | Moving toward a functional position of the hand | |
| | Exercises with resistance Increasing fine-motor abilities and strength | | | |
| Sensory tasks | Continuation of secondary desensitization (see p1) | Secondary desensitization | Primary desensitization | Soft cushioning |
| | | Harder paper brushes | Inserting the hand in substances which are perceived as uncomfortable, soft paint brushes | Brushing |
| | | Household brushes Hedgehog balls Immersion in materials perceived as uncomfortable | Corset wool Soft fabrics Application of warmth or coolness | |
| | | Identification of surface structures without visual assistance Identification of forms without visual assistance | | |
| Motor tasks | Exercises using increasing amounts of resistance Training of differentiated fine-motor abilities | Stenagrasp exercises Coordination exercises Grasping/taking hold of bigger structures initially | | Immobilization |
| | Achieving independence/semi independence in carrying out ADL (see p1) | ADL (eg. eating with thickened liquids/rips, getting dressed, body hygiene) | | |
| | Testing how much strain the hand can bear, using arm and crutch techniques | Swinging movements and writing exercises Making use of appropriate arm and crutch techniques | | |
| | | Exercises fostering the use of light resistance | | |
| Splint | Wearing the hand off the splint | Splint is to be worn only occasionally | Correction of splint's position toward a functional position | Fixing the hand in a pain-free position by means of a splint |

Rééducation

Les stratégies

- Graded exposure in vivo
 - Objectif: réduire les conduites d'évitement
 - Exposition graduelle / peur (PHODA)
 - 8 patients / pas de contrôle
 - ↘ douleur - appréhension – incapacité

La représentation d'une stimulation nocive modifie l'expérience douloureuse, l'exposition graduelle à des situations jugées nocives modifie le sens que les patients donnent à leur douleur et réconcilie (selon les auteurs) les afférences motrices et le feedback sensitif.

Rééducation

Les stratégies

REVIEW ARTICLE

The use of visual feedback, in particular mirror visual feedback, in restoring brain function

V. S. Ramachandran¹ and Eric L. Altschuler^{1,2}



- **Thérapie en miroir**

- Effet douleur phase précoce (< 8 sem / 3 sujets)

McCabe et al, 2003

- Améliore douleur (-3/10) & fct (-1.6/5) à 6 mois - AVC (48 patients)

Cacchio et al, 2009

- Améliore la fonction motrice dans l'AVC

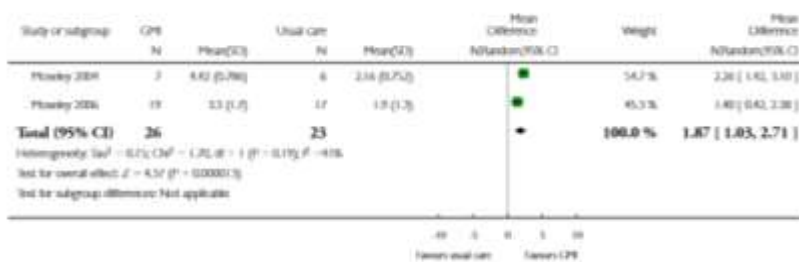
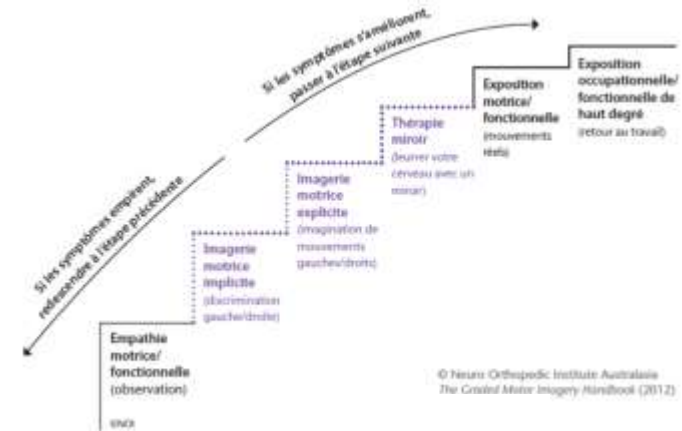
Abbruzzese et al, 1999



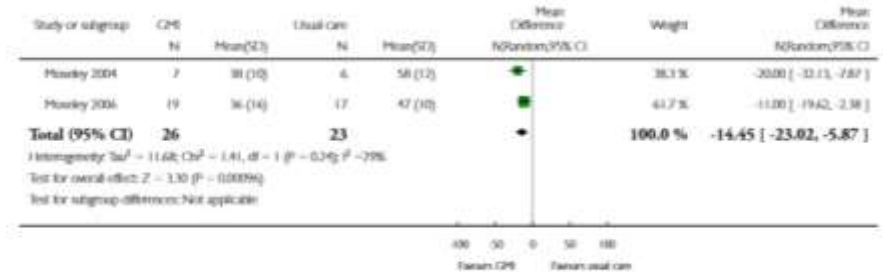
- Rétablissement de la boucle afférence/efférence par feedback visuel
- Rôle des neurones miroirs (rôle dans observation, apprentissage, reconnaissance...)
- Recrutement du cortex ipsilatéral (non affecté) : projections du cortex ipsi vers contro
- Augmentation de la charge attentionnelle

Rééducation

Thérapie GMI (Graded Motor Imagery)



Efficacité Fonction



Efficacité Douleur

Rééducation

Les stratégies

- Programme interdisciplinaire
 - Observation 12 patients – 2 ans
 - Efficace sur la douleur, la fonction, la mobilité, la dextérité.
 - A 2 ans:
 - 75% travaillent
 - 50% estiment avoir été aidés
 - 50% consomment opioïdes



Kinésithérapie X20
Balnéothérapie X12



Ergothérapie X20



Psychothérapie X20



Blocs stellaires X2/sem



Analgésiques /
Corticoïdes

Table 2. Effect of stellate ganglion blocks in patients who received them during the program

| Patient Number | Total Number of Blocks | Block Number | Program Day Received | Relief (%) | Duration of Pain Relief |
|----------------|------------------------|--------------|----------------------|------------|-------------------------|
| 5 | 2 | 1. | Day # 4 | 60 | 7 days |
| | | 2. | Day # 11 | 100 | 21 days |
| 6 | 1 | 1. | Day # 4 | 100 | 3 days |
| 8 | 4 | 1. | Day # 4 | 70 | 8 hours |
| | | 2. | Day # 8 | 50 | 3 days |
| | | 3. | Day # 11 | 100 | 2 days |
| | | 4. | Day # 15 | 100 | 6 days |
| 10 | 3 | 1 | Day # 4 | 80 | 4 days |
| | | 2 | Day # 11 | 95 | 3 days |
| | | 3 | Day # 15 | 95 | 6 days |

Rééducation



- Exposition graduelle à la douleur (Pain Exposure Physical Therapy)
STOP INFRA-DOULOUREUX !



Dysfonction motrice
Dysfonction
comportementale



- Thérapie miroir



Schéma corporel



- TENS, électroacupuncture (SDRC AVC)



Dysfonction
somatosensorielle



- Désensibilisation/discrimination tactile



Schéma corporel,
dysfonction motrice
et somatosensorielle



- Thérapie GMI (Graded Motor Exposure)



Comportement
Dysfonction
neuropsychologique



- Activité physique/aérobie
générale/réentraînement à l'effort



- Psychothérapie / TCC : si facteurs
Yellow Flags associés



- Prise en charge
multidisciplinaire

En pratique

- Prévention
 - Positionnement du patient hémiparétique
 - Manutention adaptée
 - Eviter traumatismes répétés coté hémiparétique
 - Information équipe soignante +++
 - Kinésithérapie:
 - Lutte contre décoaptation épaule
 - Orthèse de soutien
 - Programme de renforcement musculaire manuel ou instrumental
 - Education du patient
 - Vitamine C après fracture poignet
 - Surveillance évolution après traumatisme mineur

En pratique

Objectifs

Mobiliser et prévenir les rétractions et adhérences
Drainer œdème, favoriser le retour veineux
Préserver la fonction et éviter l'exclusion de membre

« **URGENCE FONCTIONNELLE et
MULTIDISCIPLINAIRE** »

- Phase chaude

- Traitements médicamenteux adaptés à l'évolution (suivi ++)
Considérer corticothérapie (AVC), bisphosphonates, antalgiques sans preuve spécifique
- Rééducation ambulatoire si possible biquotidienne
 - Traiter sub-luxation: orthèse+++ , stimulation musculaire
 - Considérer physiothérapie antalgique, massages et drainages +++
 - Débuter mobilisations, préserver amplitudes et fonctions
 - Marche précoce en décharge partielle



En pratique

- Phase froide
 - Poursuivre adaptation antalgique adaptée aux signes cliniques, à la tolérance, à l'évolution
 - Considérer les blocs tronculaires pour faciliter la rééducation
 - Blocs ganglionnaires dans les dysfonctions sympathiques (transpiration, trophique....)
 - Kinésithérapie:
 - Intensifier le programme sous couverture antalgique
 - STOP « kinésithérapie douce infradouloureuse »
 - Appareillages de posture statique (gain en flexion en extension)
 - Ergothérapie:
 - Réintégration fonctionnelle par des activités manuelles soutenues et répétées+++

En pratique

Quelque soit le stade, discuter en fonction des signes cliniques, de leur gravité, de leur conséquences, de l'évolution



- Programmes multidisciplinaires
 - Associant intervention MPR, Algologie, Kinésithérapie, Ergothérapie, psychologue
 - Techniques antalgiques invasives
 - Programmes dynamiques
 - Imagerie motrice, thérapie en miroir, exposition graduelle
 - Techniques de reprogrammation gestuelle
 - Réafférences sensitives
 - Soutien psychologique



RECOMMANDATIONS



Recommandation HAS de 2008 ! → recommandation SFETD



| |  |  |
|---------------------------|---|--|
| Diagnostic | Critères Budapest | Critères de Budapest |
| Diagnostic différentiel | Paraclinique + autres examens complémentaires | Paraclinique + autres examens complémentaires |
| Examen | | Evaluation fréquente : douleur, fonction, AVQ, loisirs, qualité de vie, sommeil, et humeur |
| Evaluation psy | Stress, anxiété, bénéfice secondaire, phobie, somatisation... | Détresse, dépression, anxiété, algophobie, évitement, stress post trauma... |
| Prévention | Vitamine C (Coût/Bénéfice/Risque +) Limiter immobilisation | Pas de reco |
| Règles de prise en charge | Education/Information patient et proches + Autogestion fonction/douleur... | Education/Information patient et proches, |
| | SDRC faible/modéré = pec de ville SDRC sévère = pec pluridisciplinaire | SDRC moyen = pas de pec pluridisciplinaire (= pas amélioration > 2 mois) Référer centre spécialisé si complications Si échecs = référer centre très spécialisé |

RECOMMANDATIONS



| |  |  |
|------------------------|---|---|
| Pharmacologie | <p>Paracétamol et opioïdes faibles (+ réévaluation) Neuroleptiques si troubles sensitifs Bisphosphates si SDRC > 1 an Patch lidocaïne (+/- Capsaïcine) pour allodynie</p> | <p>Suivre les recommandations de chaque pays Antidouleur à ↓ ou Ø selon ⚖️ bénéfice/risque Traitement similaire aux douleurs neuropathiques</p> |
| Traitement invasif | <p>Stimulation médullaire si SDRC > 1 an + avis équipe pluridisciplinaire</p> | |
| Rééducation | <p>Le plus précoce possible (Course contre temps !) Personnalisé (analytique, fonctionnel, fractionné, progressif, régulier) Reconditionnement général Relaxation/Gestion de la douleur</p> | <p>Kiné + Ergo précoce, 1^{ère} ligne Rééducateur formés à la pec SDRC Personnalisé (fonction, participations aux activités, auto-pec, exercices à domicile, autogestion, réinsertion socio-professionnelle)</p> |
| Rééducation spécifique | <p>Thérapie miroir, discrimination sensorielle, thérapie GMI, exposition graduelle progressive TENS + pec réeducatio</p> | |
| Psychothérapie | <p>Avec rééducation si facteurs psy identifiés</p> | <p>Si nécessaire</p> |

Key messages

- CRPS rare mais potentiellement invalidant
- Diagnostic difficile = vigilance
- Intérêt des stratégies de prévention considérant le mécanisme lésionnel connu et évitable
- Prise en charge précoce avec nombreuses stratégies
 - Médicamenteuses et non médicamenteuses
 - Nécessairement dynamiques
 - Impliquant la reprogrammation motrice
 - Multidisciplinaire +++

A lire

The NEW ENGLAND JOURNAL of MEDICINE

CLINICAL PRACTICE

Complex Regional Pain Syndrome

Andreas Goebel, M.D., Ph.D.^{1,2}

2338

N ENGL J MED 393;23 NEJM.ORG DECEMBER 11, 2025

The New England Journal of Medicine is produced by NEJM Group, a division of the Massachusetts Medical Society.

Downloaded from nejm.org at Université de Montpellier on February 19, 2026.

Copyright © 2025 Massachusetts Medical Society. All rights reserved, including those for text and data mining, AI training, and similar technologies.