

Interactions en physiothérapie avec les patients douloureux chroniques

Céline Ancey

21.07.2026

Définition d'interaction

- ▶ action **réci**proque où deux ou plusieurs entités, phénomènes ou systèmes agissent ou influent les uns sur les autres...



Spécificités des patients présentant des douleurs chroniques

- ▶ Patients experts
- ▶ Souvent beaucoup d'expériences (parfois malheureuses) avec des physios et d'autres professionnels de santé
- ▶ Souvent déçus par les résultats de la rééducation
- ▶ Souvent peur d'être jugés, peu confiants

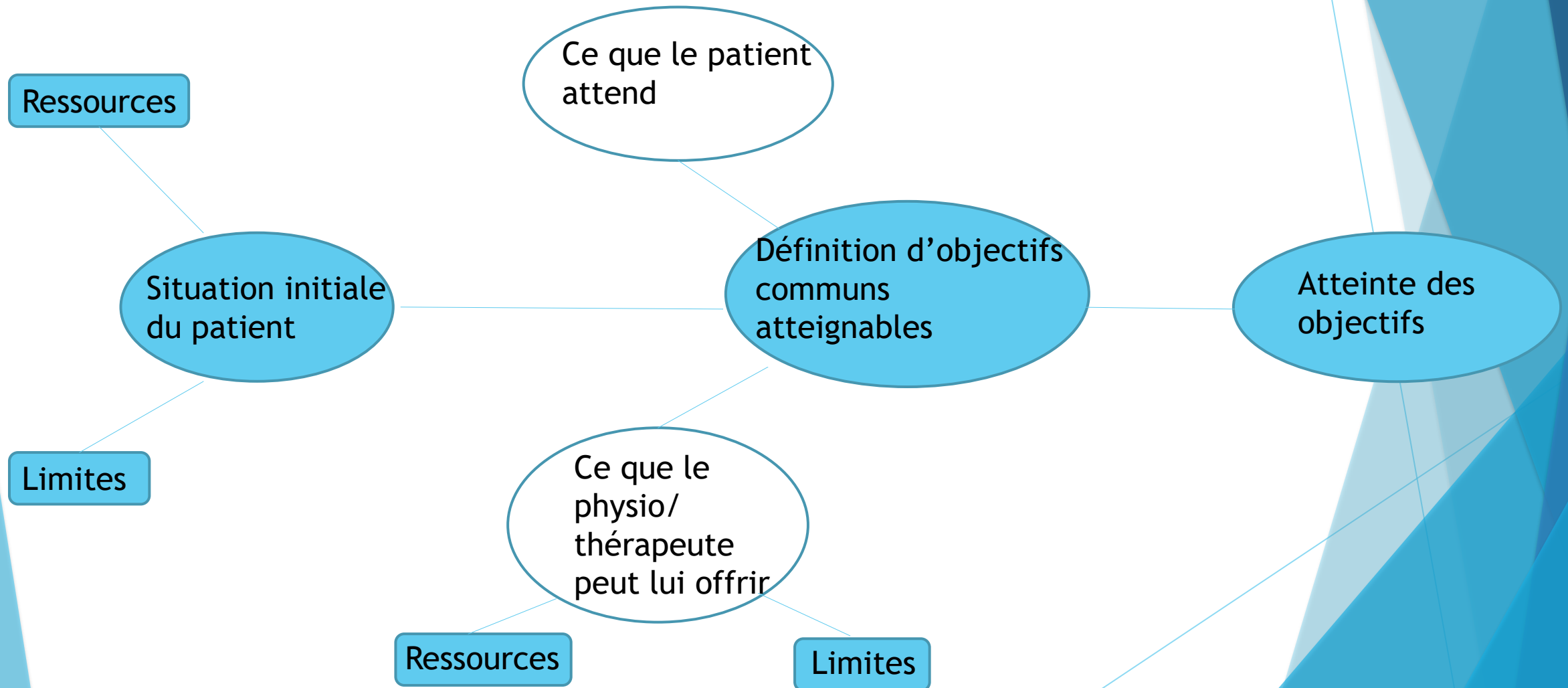
Spécificités des patients présentant des douleurs chroniques

- ▶ Patients douloureux chroniques perçus comme «difficiles»
- ▶ Ils sont plus susceptibles d'avoir des attentes insatisfaites
- ▶ Les professionnels moins expérimentés jugent les consultations plus «difficiles» que les professionnels expérimentés....

Selon l'IA: interaction Physio/patient douloureux chronique

- ▶ **Repose sur:** Écoute active, empathie, validation des émotions.
- ▶ **Objectif:** adapter la communication pour instaurer un climat de confiance indispensable aux soins.
- ▶ **Ce qu'il faut faire:** objectifs basés sur les activités et non sur la douleur. Valider les émotions, utiliser des exemples concrets pour expliquer les neurosciences.
- ▶ **Ce qu'il ne faut pas faire:** Minimiser la plainte. Utiliser un jargon médical complexe. Forcer le mouvement si la douleur augmente trop.

Prise en charge physiothérapeutique



Les attentes...

Les attentes des patients douloureux chroniques/ programme multidisciplinaire

- **Autogestion:** apprendre à gérer leurs douleurs et leurs activités
- **Résultats attendus:** réduction de la douleur (8 patients sur 20 attendaient de ne plus avoir de douleur du tout), amélioration du bien-être, retour à la normale.
- **Outils:** techniques actives et passives. Partage entre les participants.
- Certains patients attendaient que les physio s'intéressent aux aspects émotionnels, d'autres non. Beaucoup espéraient que les physios sachent qu'ils vivaient avec la peur que la douleur initiale revienne.
- **Objectifs atteignables?:** les patients auraient aimé avoir une réduction de la douleur plus importante que celle qu'ils ont réellement eu.

Selon une de mes patientes: Attentes envers le physiothérapeute/libéral

- ▶ Qu'il s'occupe du patient comme d'une personne souffrante et pas seulement comme d'une simple pathologie.
- ▶ Qu'il tienne compte de l'âge et des habitudes sportives du patient (pas d'exercices trop violents, trop longs qui aggravent les douleurs et les symptômes du patient).
- ▶ Qu'il pratique aussi des massages ciblés et réconfortants sur les zones douloureuses.
- ▶ Qu'il recommande de faire à la maison des exercices simples, non douloureux.
- ▶ Et... que la séance de soins dure plus de 25 minutes...

Ce que le physio/ thérapeute peut offrir...

Attention aux limites...

- ▶ Connaître les indications mais aussi les limites des techniques et de la physiothérapie en fonction du patient et de sa/ses pathologie(s)...

Quelles techniques? *Lombalgies chroniques*

- ▶ Nombreuses preuves de l'utilité des **exercices actifs** et les **programmes pluridisciplinaires**.
- ▶ L'**éducation à la neurophysiologie** de la douleur associée aux exercices est plus efficace que les exercices seuls sur la diminution de la douleur à court terme et de l'incapacité.

Ma et al. 2023; Cancela et al. 2025

- ▶ **Thérapie manuelle**: effet discuté sur la douleur mais effet sur la fonction avéré.

- ▶ Thérapie manuelle associée aux exercices a un bénéfice sur la diminution de la douleur à court terme, de l'incapacité et l'amélioration de la fonction par rapport aux exercices seuls.

Narenthiran et al. 2025

- ▶ Thérapie manuelle + exercices pas efficace sur douleur par rapport à exercices seuls mais efficace sur fonction à court et long terme.

Carneiro et al. 2026

- ▶ Thérapie manuelle comparée à placebo efficace sur douleur et fonction. Peu voir pas efficace sur douleur et moyennement efficace sur fonction comparée à d'autres interventions (niveau de preuve faible).

De Zoete et al. 2026

Quelles activités ? *Lombalgies chroniques*

- ▶ **Pilates** semble avoir des effets sur la diminution de la douleur et de l'incapacité mais pas sur la qualité de vie.

Yu et al. 2023

- ▶ Les **exercices dans l'eau** sont aussi efficaces que les exercices à sec et plus efficaces que l'absence d'exercice sur la douleur. Ils augmentent aussi la souplesse et diminuent l'incapacité.

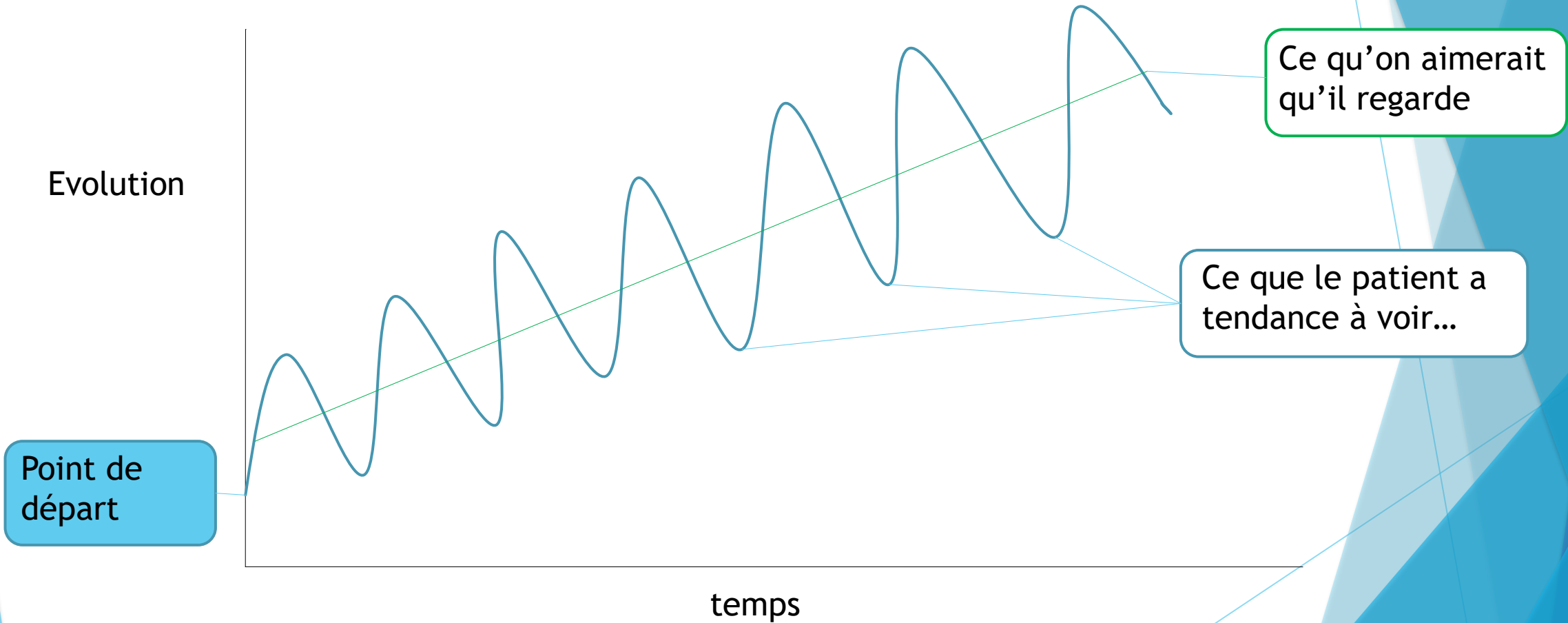
Babyloni-Lopes et al. 2024

Savoir être... *Lombalgies chroniques*

- ▶ **Agir sur facteurs contextuels** -> Effets positifs sur la douleur et la fonction :
 - ▶ Prise en compte des croyances inadaptées sur la maladie
 - ▶ Suggestions verbales visant à influencer les attentes du patient sur l'évolution des symptômes
 - ▶ Indices visuels et physiques montrant les propriétés analgésiques du traitement
 - ▶ Communication positive avec empathie

Scheriff et al. 2022

L'évolution dans le temps



Quelles techniques? *Cervicalgie chronique*

- ▶ Peu de preuve pour le **massage** par rapport au placebo.

Gross et al. 2024

- ▶ **Dry Needling** semble avoir un effet sur la diminution de la douleur et l'amélioration de la fonction (surtout chez les + de 40 ans).

Hernandes-Secorun et al. 2023

- ▶ **Thérapie manuelle** + exercice améliore modérément la fonction mais pas la douleur par rapport à Placebo + exercices.

Chako et al. 2025

- ▶ **Education** aux neurosciences de la douleur a un effet sur la diminution de la douleur (chez les adultes) et de la kinésiophobie.

Lin et al. 2024

Résultats de la prise en charge de la douleur chronique

- ▶ Pas d'impact sur la productivité chez les personnes en âge de travailler (niveau d'absentéisme).

Chowdury et al. 2024

- ▶ Les exercices peuvent diminuer l'anxiété et la dépression chez les patients présentant des douleurs chroniques.

Wu et al. 2025

Tenir compte de ses propres limites...

- ▶ Ne pas rester seul pour offrir les meilleures chances aux patients
- ▶ Donc savoir référer

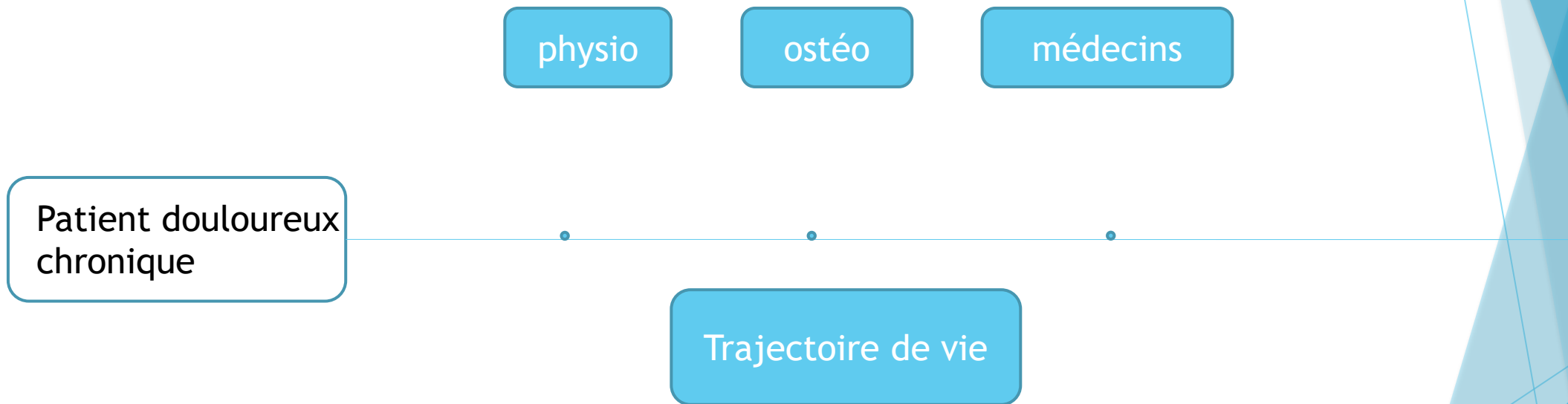
Prise en charge interprofessionnelle: Quand?

- ▶ Systématiquement pour les patients qui me sont envoyés par les médecins du centre pour bilan
- ▶ Quand je n'arrive pas/plus à avancer avec un patient.
- ▶ Quand je pense que c'est intéressant pour le patient d'avoir d'autres avis/prises en charge
- ▶ Quand le patient me le demande

Prise en charge interprofessionnelle: Comment et avec qui ?

- ▶ Avec les médecins, les physios, les psy, les infirmières, les secrétaires du centre.
- ▶ Avec les physios, ostéos, podologues...extérieurs.
- ▶ Avec les médecins traitants, spécialistes, chirurgiens.

Laisser au patient le pouvoir décisionnaire...



Mon objectif: Essayer d'être une ressource parmi d'autres

Et l'IA dans tout ça...

- ▶ Modification des consultations...
- ▶ Les patients ont plus facilement accès aux connaissances avant de nous rencontrer...
- ▶ Changement des rapports bénéfique?

Biblio

- ▶ Babiloni-Lopez C, Fritz N, Ramirez-Campillo R, Colado JC. Water-Based Exercise in Patients With Nonspecific Chronic Low-Back Pain: A Systematic Review With Meta-Analysis. *J Strength Cond Res*. 2024 Jan 1;38(1):206-219. doi: 10.1519/JSC.0000000000004635. PMID: 38085630.
- ▶ Cancela JG, Vázquez OC, Ledesma SN, Pruimboom L. The effectiveness of pain neuroscience education in people with chronic non-specific low back pain: An umbrella review with meta-analysis. *Ann Phys Rehabil Med*. 2025 Nov;68(8):102020. doi: 10.1016/j.rehab.2025.102020. Epub 2025 Sep 26. PMID: 41005108.
- ▶ Carneiro SR, Rampazo ÉP, Magalhães MO. Effectiveness of adding manual therapy to exercise for pain and disability in chronic non-specific low back pain: A systematic review and meta-analysis. *Musculoskelet Sci Pract*. 2026 Apr;82:103508. doi: 10.1016/j.msksp.2026.103508. Epub 2026 Jan 30. PMID: 41643247.
- ▶ Chacko N, Gross AR, Miller J, Santaguida PL, Burnie SJ, Gelley GM, Paquin JP, Duranai MR, Langevin P, Chopra-Tandon N, Chak NT, Hoving JL, Bobos P. Manual therapy with exercise for neck pain. *Cochrane Database Syst Rev*. 2025 Dec 9;12(12):CD011225. doi: 10.1002/14651858.CD011225.pub2. PMID: 41363159; PMCID: PMC12687410.
- ▶ Chowdhury AR, Graham PL, Schofield D, Costa DSJ, Nicholas M. Productivity outcomes from chronic pain management interventions in the working age population; a systematic review. *Pain*. 2024 Jun 1;165(6):1233-1246. doi: 10.1097/j.pain.0000000000003149. Epub 2024 Feb 6. PMID: 38323645; PMCID: PMC11090028.
- ▶ de Zoete A, Innocenti T, Petrozzi MJ, van Middelkoop M, Assendelft WJ, de Boer MR, van Tulder MW, Rubinstein SM. Spinal manipulative therapy for adults with chronic low back pain. *Cochrane Database Syst Rev*. 2026 Jan 6;1(1):CD008112. doi: 10.1002/14651858.CD008112.pub3. PMID: 41494147; PMCID: PMC12774432.
- ▶ Gross AR, Lee H, Ezzo J, Chacko N, Gelley G, Forget M, Morien A, Graham N, Santaguida PL, Rice M, Dixon C. Massage for neck pain. *Cochrane Database Syst Rev*. 2024 Feb 28;2(2):CD004871. doi: 10.1002/14651858.CD004871.pub5. PMID: 38415786; PMCID: PMC10900303.
- ▶ Hernández-Secorún M, Abenia-Benedí H, Borrella-Andrés S, Marqués-García I, Lucha-López MO, Herrero P, Iguacel I, Tricás-Moreno JM, Hidalgo-García C. Effectiveness of Dry Needling in Improving Pain and Function in Comparison with Other Techniques in Patients with Chronic Neck Pain: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Pain Res Manag*. 2023 Aug 23;2023:1523834. doi: 10.1155/2023/1523834. PMID: 37664417; PMCID: PMC10469395.
- ▶ Jackson JL, Kuriyama A, Whittle J, Davis-Maxwell A, Thompson M, Murphy MG, Gondi S, Brennan K, Ganshert C, Fletcher KE. The Prevalence and Characteristics of Difficult Patient Encounters : A Systematic Review and Meta-analysis. *Ann Intern Med*. 2026 Mar;179(3):382-393. doi: 10.7326/ANNALS-25-01882. Epub 2026 Jan 13. PMID: 41525693.

Biblio

- ▶ Ma X, Chen R, Li W, Huang P. A systematic review and meta-analysis of pain neuroscience education for chronic low back pain: short-term outcomes of pain and disability. *Physiother Theory Pract*. 2024 Sep;40(9):2130-2149. doi: 10.1080/09593985.2023.2232003. Epub 2023 Jul 3. PMID: 37395152.
- ▶ Narenthiran P, Granville Smith I, Williams FMK. Does the addition of manual therapy to exercise therapy improve pain and disability outcomes in chronic low back pain: A systematic review. *J Bodyw Mov Ther*. 2025 Jun;42:146-152. doi: 10.1016/j.jbmt.2024.12.004. Epub 2024 Dec 10. PMID: 40325660.
- ▶ Pichonnaz, C., Ancey, C., Mbarga, J., & Foley, R.-A. (2024). Patients' expectations of physiotherapists before and after an intensive chronic low back pain rehabilitation programme: A qualitative study based on semi-structured interviews and observations. *Disability and Rehabilitation: An International, Multidisciplinary Journal*, 46(9), 1776-1786.
- ▶ Sherriff B, Clark C, Killingback C, Newell D. Impact of contextual factors on patient outcomes following conservative low back pain treatment: systematic review. *Chiropr Man Therap*. 2022 Apr 21;30(1):20. doi: 10.1186/s12998-022-00430-8. PMID: 35449074; PMCID: PMC9028033.
- ▶ Wu P, Chen X, Wang S, Chen X, Liu J. Effects of exercise on depression and anxiety in patients with chronic pain: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *J Affect Disord*. 2025 Nov 15;389:119630. doi: 10.1016/j.jad.2025.119630. Epub 2025 Jun 9. PMID: 40499837.
- ▶ Yu Z, Yin Y, Wang J, Zhang X, Cai H, Peng F. Efficacy of Pilates on Pain, Functional Disorders and Quality of Life in Patients with Chronic Low Back Pain: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Int J Environ Res Public Health*. 2023 Feb 6;20(4):2850. doi: 10.3390/ijerph20042850. PMID: 36833545; PMCID: PMC9956295.