

## Programme Dynamic Neuromuscular Stabilization

Le système nerveux établit des programmes qui contrôlent la locomotion humaine, constituée de la posture et de ses mouvements et déplacements. Ce “control moteur” se met en place largement dans le développement psychomoteur de la première année de vie, phase critique de la maturation cérébrale. C’est pour ça que l’École de Prague met l’accent sur l’aspect neuro-développemental du control moteur du système locomoteur autant pour l’évaluer que pour soulager ses dysfonctions et ses symptômes associés.

**L’École de Réhabilitation et de Médecine Manuelle de Prague** a été établie par des neurologues de renom, des géants du mouvement de la Réhabilitation du 20e siècle: les Professeurs **Valclav Vojta, Karel Lewit, Vladimir Janda** pour ne citer qu’eux.

C’est à partir des principes de neuro-développement et de réhabilitation de ces mentors que **Pavel Kolar** a organisé la nouvelle génération de protocoles cliniques, conçus pour restaurer et stabiliser la fonction locomotrice tant dans sa posture que dans ses mouvements et déplacements. Cette nouvelle approche constitue le DNS : Dynamic Neuromuscular Stabilization ou en français la stabilisation neuromusculaire dynamique

Le DNS ne peut se résumer à juste une technique, mais plutôt une stratégie globale conçue pour avoir une meilleure compréhension de la fonction de locomotion humaine.

Le concept du DNS se base sur les principes du **développement de la psychomotricité** et les **aspects neurophysiologiques de la maturation du système locomoteur**.

C’est en comparant le schéma de stabilisation utilisé par les patients au schéma de stabilisation développemental d’un corps sain que le “diagnostic – comparaison” est établi et le plan de traitement sera de réduire corporellement et cérébralement le schéma idéal défini par développement de la psychomotricité.

### Jour 1 :

08h45 - Accueil des participants

09H00 – QCM de « pré formation » d’évaluation des connaissances, des besoins et attentes des participants

9H30 à 12h30 :

Introduction aux méthodes plus avancées en DNS:

- système de stabilisation intégré,

- stéréotypes locomoteurs,
- stéréotypes respiratoires.

Description de la kinésiologie des chaînes musculaires impliquées en locomotion : fonction d'appuis et fonction de déplacement avant.

12H30-14H00: Pause

14H00 à 17h30 :

Discussion, évaluation et traitement des **troubles de la ceinture pelvienne et de la hanche:**

- aspect phylogénétique et ontogénétique,
- paramètres anatomiques du point de vue développementale,
- conditions pathologiques les plus communes : syndrome de pincement fémoro-acétabulaire, arthrite,
- évaluation et procédures de traitement DNS

Jour 2 :

09H00 à 10H30 :

- Retour sur les éléments de la veille

10H30-12h30

Discussion, évaluation et traitement des **troubles de la ceinture scapulaire:**

- aspect phylogénétique et ontogénétique,
- paramètres anatomiques du point de vue développementale,
- examen DNS et traitement des troubles de la ceinture scapulaire : épaule hémiplégique, épaule gelée, syndrome de pincement.

12h30-14h00 : pause

14H00 à 17h30 :

Discussion, évaluation et traitement de la **scoliose:**

- définition et classification,
- aspect ontogénétique conduisant au développement de la scoliose,
- facteurs de risques,

- contrôle rachidien dans le développement moteur,
- évaluation des enfants et adultes avec scoliose et asymétrie du corps,
- positions et stratégies de traitement DNS et corsets.

### Jour 3 :

#### 09H00 à 10H30 :

- Retour sur les éléments de la veille

#### 10H30-12h30 :

#### Discussion, évaluation et traitement des **troubles du plancher pelvien et de santé féminine:**

- fonction musculaire du périnée du point de vue développementale,
- relation kinésiologique entre diaphragme et périnée,
- perturbations posturales typiques, chaînes fonctionnelles des points Trigger, dysfonction articulaire et zones d'hypersensibilité dans les diagnostics gynécologiques,
- évaluation et réhabilitation DNS des incontinences d'effort, dysfonction anorectale, aménorrhée et dysménorrhée, stérilité fonctionnelle, prolapsus des organes pelviens et syndromes douloureux pelviens ; relations vertébro-viscérales,
- réhabilitation des femmes enceintes

#### 12h30-14h00 : pause

#### 14H00 à 17h30 :

- Techniques avancées d'auto-traitement DNS
- Explication pour une application clinique afin de mieux intégrer l'approche DNS dans vos cabinets respectifs.
- Techniques avancées d'auto-traitement DNS
- Explication pour une application clinique afin de mieux intégrer l'approche DNS dans vos cabinets respectifs.
- Techniques avancées d'auto-traitement DNS
- Explication pour une application clinique afin de mieux intégrer l'approche DNS dans vos cabinets respectifs.

## Bibliographie

Kolar P. et al, Clinical Rehabilitation Textbook. Pavel Kolar 2013



Doubkova L, Andel R, Palascakova-Springrova I, Kolar P, Kriz J, Kobesova A  
Diastasis of rectus abdominis muscles in low back pain patients, J Back Musculoskeletal Rehabil., 2017, [Epub ahead of print], 1878-6324



Do Hyun Kim, Jae Jin Lee, Bong Soo Han, and Joshua H. You  
Cortical or Subcortical Neural Networks During Dynamic Neuromuscular Core Stabilization: A fMRI Blood Oxygen-Level Dependent (BOLD) Analysis, Journal of Medical Imaging and Health Informatics, 2016, Vol. 6, No. 6, 2156-7018



Bitnar P, Stovicek J, Smejkal M, Hlava S, Male S, Arlt J, Kobesova A  
Leg raise effect on pressure in LES and UES, 14th OESO Conference, Geneva, Switzerland , 2017



Hyun S. Yoon, Joshua (Sung) H. You  
Reflex-mediated dynamic neuromuscular stabilization in stroke patients: EMG processing and ultrasound imaging, Technology and Health Care , 25 (2017) S99–S106



Kobesova A, Kolar P Nørgaard I.  
Dynamic Neuromuscular Stabilization: Exercise in the developmental positions to achieve spinal stability and functional joint centration, Neurorehabilitation of People with Impaired Mobility - Therapeutic Interventions and Assessment Tools, 2017; 145-62, 978-80-87878-07-1



Bitnar P, Stovicek J, Andel R, Arlt J, Arltova M, Smejkal M, Kolar P, Kobesova A.  
Leg raise increases pressure in lower and upper esophageal sphincter among patients with gastroesophageal reflux disease, Journal of Bodywork and Movement Therapies. , 2015; 1-7., 1360-8592



Cakrt O, Chovanec M, Funda T, Kalitova P, Betka J, Zverina E, Kolar P, Jerabek J.  
Exercise with visual feedback improves postural stability after vestibular schwannoma surgery, Eur Arch Otorhinolaryngol, 2010 Sep;267(9):1355-60.



Cakrt O, Slaby K, Viktorinova L, Kolar P, Jerabek J.  
Subjective visual vertical in patients with idiopathic scoliosis, J Vestib Res, 2011;21(3):161-5.

















Crenshaw K, Liebenson C.  
Influence of Czech Techniques: A Historical Perspective, The Annual Publication of the Professional Baseball Athletic Trainers Society, 2009;22(1)

















Do Hyun Kim, Jae Jin Lee, Bong Soo Han, and Joshua H. You  
Cortical or Subcortical Neural Networks During Dynamic Neuromuscular Core Stabilization: A fMRI Blood Oxygen-Level Dependent (BOLD) Analysis, Journal of Medical Imaging and Health Informatics, 2016, Vol. 6, No. 6, 2156-7018



Doubkova L, Andel R, Palascakova-Springrova I, Kolar P, Kriz J, Kobesova A  
Diastasis of rectus abdominis muscles in low back pain patients, J Back Musculoskeletal Rehabil., 2017, [Epub ahead of print], 1878-6324

-  Frank C, Kobesova A, Kolar P.  
Dynamic Neuromuscular Stabilization & Sports Rehabilitation, *Int J Sports Phys Ther.* , 2013 Feb;8(1):62-73
-  Horacek O, Chlumsky J, Mazanec R, Kolar P, Anzel R, Kobesova A.  
Pulmonary function in patients with hereditary motor and sensory neuropathy: A comparison of patients with and without spinal deformity, *Neuromuscul Disord.* , 2012 Dec;22(12):1083-9.
-  Horacek O, Mazanec R, Morris CE, Kobesova A.  
Spinal deformities in hereditary motor and sensory neuropathy: a retrospective qualitative, quantitative, genotypical, and familial analysis of 175 patients., *Spine*, 2007;32(22):2502-8.
-  Hutson M.  
Karel Lewit: In memoriam, *International Musculoskeletal Medicine*, 2014;36(4):123-4 , 1753-6154
-  Hyun S. Yoon, Joshua (Sung) H. You  
Reflex-mediated dynamic neuromuscular stabilization in stroke patients: EMG processing and ultrasound imaging, *Technology and Health Care* , 25 (2017) S99–S106
-  Juehring DD, Barber MR.  
A case study utilizing Vojta/Dynamic Neuromuscular Stabilization therapy to control symptoms of a chronic migraine sufferer, *J Bodyw Mov Ther*, 2011 Oct;15(4):538-41
-  Kobesova A, Drdakova L, Anzel R, Kolar P.  
Cerebellar function and hypermobility in patients with idiopathic scoliosis , *International Musculoskeletal Medicine.* , 2013, 35(3): 99-105
-  Kobesova A, Dzvonic J, Kolar P, Sardina A, Anzel R.  
Effects of shoulder girdle dynamic stabilization exercise on hand muscle strength. , *Isokinetics and exercise Science.* , 2015;23:21-32, 0959-3020
-  Kobesova A, Kolar P, Mlckova J, Svehlik M, Morris CE, Frank C, Lepsikova M, Kozak J.  
Effect of functional stabilization training on balance and motor patterns in a patient with Charcot-Marie-Tooth disease, *Neuro Endocrinol Lett*, 2012;33(1):3-10.
-  Kobesova A, Kolar P.  
Developmental Kinesiology: Three Levels of Motor Control i the Assessment and Treatment of the Motor System. , *Journal of Bodywork and Movement Therapies.*, 2014;18(1):23-33.
-  Kobesova A, Morris CE, Lewit K, Safarova M.  
20-Year-Old Pathogenic “Active” Post-Surgical Scar: A Case Study of a Patient with Persistent Right Lower Quadrant Pain, *J Manipulative Physiol Ther* March-April 2007, 2007;30(3):234-238., Displayed with permission from Elsevier
-  Kobesova A, Nyvltova M, Kraus J, Kolar P, Sardina A, Mazanec R, Anzel R.  
Evaluation of muscle strength and manual dexterity in patients with Charcot-Marie-Tooth disease, *Journal of Hand Therapy.* , 2016;29:66-72. , ISSN 0894-1130
-  Kobesova A, Osborne N.  
The Prague School of Rehabilitation, *International Musculoskeletal Medicine*, 2012;34(2):39-41.
-  Kobesova A.  
Professor Karel Lewit, MD, DrSc: an appreciation, *International Musculoskeletal Medicine*, 2014;36(4):125-7, 1753-6154
- 

-  Kobesova A.  
The Prague School Special Section in International Musculoskeletal Medicine Journal, International Musculoskeletal Medicine. , 2012;34(2):42-54
-  Kolar P, Kobesova A.  
Postural - Locomotion Function in the Diagnosis and Treatment of Movement Disorders, Clinical Chiropractic, 2010;13(1):58-68, Displayed with permission of ECU 2010 convention organizer
-  Kolar P, Neuwirth J, Sanda J, Suchanek V, Svata Z, Volejnik J, Pivec M.  
Analysis of Diaphragm Movement during Tidal Breathing and during its Activation while Breath Holding Using MRI Synchronized with Spirometry , Physiol Res, 2009;58(3):383-92.
-  Kolar P, Sulc J, Kyncl M, Sanda J, Cakrt O, Andel R, Kumagai K, Kobesova A.  
Postural Function of the Diaphragm in Persons With and Without Chronic Low Back Pain. , J Orthop Sports Phys Ther, 2012;42:352-362, Full text displayed with permission of the Journal of Orthopaedic and Sports Physical Therapy, and the Sports Physical Therapy Section and the Orthopaedic Section of the American Physical Therapy Association.
-  Kolar P, Sulc J, Kyncl M, Sanda J, Neuwirth J, Bokarius AV, Kriz J, Kobesova A.  
Stabilizing function of the diaphragm: dynamic MRI and synchronized spirometric assessment, J Appl Physiol. , 2012;42(4):352-62
-  Kolar P.  
Importance of Developmental Kinesiology for Manual Medicine, translated from Czech Journal of Rehabilitation and Physical Therapy, 1996;4:139-143.
-  Kolar P.  
Surgical treatment and motor development in patients suffering from cerebral palsy, Translated from Czech Journal of Rehabilitation and Physical Therapy, 2001;8(4):165-168.
-  Kolar. P.  
How to Get Rid of Body Pain, Tema, 2016
-  Kozak J, Kobesova A, Vrba I, Steindler J, Kolar P.  
Peripheral Nerve Stimulation in Intractable Neuropathic Pain: A Case Report, Neuro Endocrinol Lett, 2001 Jun 3;32(3):226-233.
-  Kutilek P, Socha V, Cakrt O, Svoboda Z.  
Differences in evaluation methods of trunk sway using different MoCap systems, Acta Bioeng Biomech., 014;16(2):85-94, 1509-409X
-  Lewit K, Kobesova A, Lepsikova M.  
The deep stabilizing system of the spinal column. The importance for functional reasoning. [Das tiefe stabilisierende System der Wirbelsäule. Seine Bedeutung für funktionelles Denken], Manuelle Medizin, 2010;48(6):440-6. , 0025-2514
-  Morris CE, Bonnefin D, Darville C  
The Torsional Upper Crossed Syndrome: A multi-planar update to Janda's model, with a case series introduction of the mid-pectoral fascial lesion as an associated etiological factor, Journal of Bodywork & Movement Therapies , 2015 Oct;19(4):681-9, 1360-8592
-  Morris CE, Greeman PE, Bullock MI, Basmajian JV, Kobesova A.  
Vladimir Janda, MD, DSc: tribute to a master of rehabilitation, Spine, 2006;31(9):1060-4. , 0362-2436
-  Oppelt M, Juehring D, Sorgenfrey G, Harvey PJ, Larkin-Thier SM.  
A case study utilizing spinal manipulation and dynamic neuromuscular stabilization

care to enhance function of a post cerebrovascular accident patient, Journal of Bodywork and Movement Therapies., 2014;18:17-22.



Rintala M, Ulm R, Jezkova M, Kobesova A  
Czech Get-up, NSCA Coach, 3(2):30-38, 2376-0982



Suchánek O, Podrazil M, Fischerová B, Bočínská H, Budínský V, Stejskal D, Spíšek R, Bartůňková J, Kolář P.

Intensive physical activity increases peripheral blood dendritic cells , Cell Immunol. , 2010;266(1):40-5.



Svehlik M, Slaby K, Soumar L, Smetana P, Kobesova A, Trc T.

Evolution of walking ability after soft tissue surgery in cerebral palsy patients: what can we expect? , J Pediatr Orthop B, 2008;17(3): 107-13



Valouchova P, Liebenson C.

Self-management: Patient section The New Abds, Journal of Bodywork and Movement Therapies., 2009;13:112-113