

Demande entorse de la cheville
Patient assis sur le dos jambe pliée, puis allongée, pied dans le vide
Praticien debout, sur le côté

Entorse Cheville

3	AN FA & AN YA DIAN FA	Pression de Sonnette avec coude Pression progressive avec 1 doigt, puncture de + en + fort et prolongée	(D°)	E36 (3 CUN directement en dessous du creux à l'extérieur du ligament rotulien œil externe du genou et de E35) VB34 (sous la tête du péroné) R3 (au milieu de la ligne reliant le sommet (le point le plus proéminent) de la malléole interne et le tendon d'Achille, à l'opposé de V 60.) V60 (au milieu de la ligne reliant le point le plus proéminent de la malléole externe et le tendon d'Achille) VB40 (en avant et en bas de la malléole externe, dans mi creux, bord externe du tendon du muscle extenseur commun des orteils) VB39 (sur la face externe de la jambe, 3 CUN au-dessus de la pointe de la malléole externe, bord antérieur du péroné) E41 (sur la face dorsale du cou-de-pied, - dans le creux au milieu du pli transverse de l'articulation de la cheville,- à mi-distance les deux malléoles, en avant de l'articulation tihio-tarsienne) E2 (sur le dos du pied, entre les 1er et le 2e métatarsiens)
5	ROU FA (Jo FA) TUI FA	Pétrir en roue circulaire Pousser en ligne d'un point à l'autre doigt, paume main	(T°) (T°)	avec éminence thénar autour de la cheville
2	Mobilisation 1		(M°)	1er main : saisir le gros orteil 2ème main : faire un soutein souler le pied avec 1er main, faire rotation externe avec traction, mettre un Index dans l'espace externe de la maléolle puis faire intérieur de la même façon une main : mettre le pied en flexion dorsale avec pression autre main : pousser vers le bas les maléolles
2	Mobilisation 2 avec MO FA ROU FA PING TUI		(M°)	une main : saisir tendon d'achille autre main : saisir le gros orteil relâcher cheville faire BA SHEN en flexion PLANTAIRE puis passer en flexion DORSALE tourner avant-pied vers l'intérieur et l'extérieur ou une main sur le pied, une main sur avant pied, tourner avant pied dans deux sens
1	QIAN YIN YAO BA	légère traction cheville et balancement	(M°)	une main tenir le gros orteil, décoller le pied et vibrer
1	QU SHEN	flexion extension	(M°)	flexion et extension de la cheville

l'entorse peut être associée à une fracture

Observation

marche observer la marche, les appuis du pied, contrôler pied plat
mobilité patient couché en décubitus - observer la position des pieds, rotateurs

Palpation

cheville enflure au niveau médian - maléole et ecchymoses
malléole externe souvent douleur - augmentée en rotation externe -
interne souvent douleur - augmentée en rotation interne

Définition

réunit parties inférieures du tibia et péroné avec l'astragale
ligaments fin et mince face - ligaments forts en latéraux

Manifestation

interrogatoire
gonflement évident - douleur de la cheville
douleur et gonflement augmentés lors pose du pied au sol

PTMT

vivifier le sang pour éliminer la stase
réduire le gonflement et calmer la douleur