

Première séance

Vient pour une douleur dans le bas du dos. Sur la prescription il est y est marqué : « faire pratiquer par MK massage, étirements pour contractures para vertébrales ». Elle a 45 ans, est secrétaire de direction dans un collège privé. Elle vous dit qu'elle a toujours eu mal depuis une dizaine d'années. D'après elle : « il n'y a pas de logique ». Elle a plutôt le sentiment que c'est lié à l'humidité, « l'été ça va nettement mieux ». Elle a déjà fait de la kiné et ça l'avait soulagé. Elle a aussi mal à l'épaule gauche depuis quelques mois et ça l'embête un peu : « si vous pouviez jeter un coup d'œil ça serait sympa ». Elle a surtout mal durant la journée de manière aléatoire. Pas nécessairement plus douloureux au port de charge. Mais c'est vrai que la position assise prolongée empire un peu. Elle vient vous voir car son médecin « en a marre qu'elle se plaigne de son dos ». C'est vrai que si les douleurs pouvaient « la lâcher » ça serait mieux. Elle finit sa prise de parole par : « Du coup j'enlève mon haut et je m'allonge sur la table ? »

La séance se termine, vous avez définis des exercices ensemble qu'elle s'est engagée à faire

Deuxième séance

Elle revient vous voir 2 semaines après sa première séance. Elle a intégré votre discours de la dernière fois, elle s'est elle-même rendu compte que le massage n'était pas fait pour elle. Les exercices lui ont fait du bien, plus longtemps que les massages d'ailleurs. Sur les 2 semaines elle a fait les exercices « 3 ou 4 fois » et « je sais que ça n'est pas assez ». Effectivement, vous lui aviez proposé de le faire 2 à 3 fois par jour et/ou dès qu'elle avait mal. Vous vous étiez pourtant assuré qu'elle pouvait les faire à la maison. Elle les fait plutôt bien d'ailleurs. Ça l'embête car elle apprécie beaucoup votre investissement et surtout, « j'ai envie de m'en sortir ».

Après quelques échanges, elle arrive à vous dire que c'est dû au manque de temps le soir avec son mari. Elle fait donc face à un dilemme. Dans son propos, il y aurait une brèche car le mercredi après-midi et le vendredi après-midi elle ne travaille pas. De plus, vous venez de lui montrer que certains exercices pouvaient se faire au bureau.

« Décidément M/Mme Kiné vous êtes trop fort, je sens que ces exercices et cette réorganisation pourront mieux s'adapter ! Par contre je n'ai toujours pas compris pourquoi j'avais mal et ce qui pouvait aggraver ma douleur »

Comment expliqueriez-vous le fonctionnement de la douleur à Mme Michu ?

Vous pouvez utiliser une/des métaphores. Des facteurs d'aggravations vulgarisés sont aussi espérés.