

Présentation – Faiza DENFER

CURSUS :

- Mai 2021 : formation : initiation pratique aux thérapies d'acceptation et de pleine conscience- Psyris-Paris
- 2019-2020 : formation en sexo-corporel (fondé par Jean-Yves Desjardins) niveau 1 validé-Paris
- 2017 : formation perfectionnement en rééducation en périnéologie féminine - Format'kine-Paris
- 2008 : formation en rééducation abdominale hypopressive avec Dr de Gasquet- Paris
- 2002 : Formation traitement de la douleur par techniques tissulaires internes avec une ostéopathe Christine Michel -Paris
- 1997 : Formation douleur pelvi-périnéale- Centre de la tête D'or Lyon
- 1997 Formation urologie masculine et en sexologie-EIRPP Paris
- 1996 : Formation en périnéologie féminine -EIRPP Paris
- 1995 : Diplôme d'Etat de masseur-kinésithérapeute-EFOM Paris

MON ACTIVITE :

La kinésithérapie est un traitement de fond de la névralgie pudendale, elle s'inscrit dans une prise en charge pluridisciplinaire. Elle doit être mise en place rapidement. Il s'agit d'un traitement spécifique sur les muscles périnéaux concernés par la contraction myo-faciale que l'on retrouve dans la névralgie pudendale.

Je prends le temps d'effectuer un bilan personnalisé , réalisé dans le respect de l'intimité des patients, patientes.

La prise en charge des douleurs pelviennes et périnéales consiste à apprendre à relâcher son périnée.

Par ailleurs, j'utilise une approche myo-faciale avec un massage endocavitaire (quand cela est possible) des points gachette principalement des muscles levator ani , transverse profond du périnée,obturateur interne ,piriforme, TFL...Ce massage est complété par des étirements.

En parallèle, je leur propose une gymnastique hypo-pressive permettant une approche respiratoire et une correction posturale visant à réduire les efforts en hyperpression (conseil sur la position d'exonération des selles).

Le TENS peut compléter la rééducation manuelle. La prise en charge des douleurs sexuelles est complétée si nécessaire par une approche sexo-corporelle en lien avec la logique de système du patient ou de la patiente (travail sur la mobilité de bassin, la respiration, etc)