Zeitschrift: Obstetrica : das Hebammenfachmagazin = Obstetrica : la revue spécialisée des sages-femmes

Herausgeber: Schweizerischer Hebammenverband

Band: 118 (2020)

Heft: 9

Vorwort: Éditorial

Autor: Hochet, Catherine

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 03.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Chère lectrice, cher lecteur

On parle parfois du périnée comme étant la «coupe de la vie». Longtemps méconnu, parfois même tabou, il commence à être attentivement considéré et bien pris en charge par les professionnel·le·s de la santé concerné·e·s.

Il est évidemment primordial de dépister les lésions, obstétricales ou non, subies par le périnée et de les traiter au plus vite mais, plus je progresse dans ma pratique, plus il me paraît également indispensable de le replacer dans son contexte pour redonner le cadre nécessaire à son bon fonctionnement et anticiper certains problèmes. Le périnée n'est en fait qu'un élément d'un ensemble plus global dont les interactions sont fondamentales. Il est dépendant de la sangle abdominale en général et de la partie inférieure du transverse de l'abdomen en particulier, tant pour sa protection que pour sa stimulation. En effet, le rôle de la musculature de gainage consiste non seulement à stabiliser notre axe vertébral mais également de soutenir les organes qui y sont accrochés. Le stimulus principal du gainage est le maintien actif de notre posture tout au long de la journée plus que la pratique d'exercices de renforcement effectués ponctuellement. Malheureusement, le relâchement postural de plus en plus observé le fragilise. Dans ce cas, ni le dos ni les organes ne sont suffisamment soutenus avec, comme conséquence sur le périnée, une transmission progressive du poids des organes mais aussi des pressions générées par les efforts du quotidien. Ces surcharges anormales entrainent peu à peu des distensions périnéales mais souvent aussi des hypertonies réactives qui peuvent clairement modifier la capacité d'étirement du périnée et entrainer un impact sur le système ostéo-articulaire du bassin.

La rééducation du périnée est complexe. Elle mérite de se trouver à l'intersection des trois professions concernées: sage-femme, physiothérapeute et ostéopathe qui, par la maîtrise de différentes techniques, jouent un rôle complémentaire dans sa récupération.

Cordialement,

Catherine Hochet

«Le périnée n'est en fait qu'un élément d'un ensemble plus global dont les interactions sont fondamentales.»

Catherine Hochet,
physiothérapeute, pratique depuis 1988. Elle a suivi la formation continue en rééducation en pelvipérinéologie à l'Université de Lausanne en 2004-2005.