

Questionnaire de renseignements pour la pratique du KAATSU TRAINING

L'exercice de modération du flux sanguin ou Blood Flow Moderation (BFM) utilisé dans le KAATSU TRAINING est un exercice de renforcement musculaire consistant à comprimer le membre du patient avec un manchon pour réduire le flux sanguin. Cette technique permet d'induire une réponse musculaire tout aussi importante avec des charges moins lourdes et donc limite les contraintes sur l'articulation et le muscle. Cependant il existe des contre-indications à la pratique de cette technique. Veuillez donc remplir s'il vous plait ce document de façon sérieuse.

Renseignements médicaux : _____

Avez-vous eu ou souffrez-vous :

5 pts par réponse positive	non	oui	Points
Embolie pulmonaire			
Phlébite			
Thrombose veineuse (antécédents familiaux ?)			
4 pts par réponse positive			
Etes-vous enceinte ?			
3 pts par réponse positive			
Arythmie, infarctus du myocarde			
HTA (HyperTension Artérielle) > 180mmHg/10mmHg			
Varices			
Alitement strict sans soins antithrombotiques (8heures min.)			
2 pts par réponse positive			
Etes vous âgé de plus de 60ans ?			
Votre IMC est-il >30 ?			
Hyperlipidémie, polyglobulie			
Prenez vous des stéroïdes et/ou une contraception orale ?			
1 pts par réponse positive			
Etes vous âgé entre 40-58 ans			
Etes vous une femme			
Votre IMC est-il entre 25 et 30			
Total :			

Un score ≥ 5 contre-indique la pratique de KAATSU.

La tension du patient, avant la réalisation d'une séance de KAATSU, **doit être < 160 /> 95 mm Hg.**

Une séance doit durer au maximum **15mn** pour les membres supérieurs et **20mn** pour les membres inférieurs.

En cas de doute, référez-vous à **l'avis d'un médecin.**

Traitements médicamenteux en cours :

Traitement 1 : Traitement 2 : Traitement 3 :

Les conseils d'un praticien certifié KAATSU se limitent à l'utilisation des appareils (Nano, Cycle 2 ou Master 2), car **Kaatsu** n'est pas destiné à diagnostiquer, traiter, guérir ou prévenir une maladie quelconque.

Il est recommandé d'utiliser ce questionnaire avant toute nouvelle pratique du **BFM**

Bon exercice !