

Roland SULTANA
Cadre De Santé Kinésithérapeute
Institut de rééducation fonctionnelle POMPONIANA

Carrière professionnelle :

- *J'entre à l'Institut de Rééducation POMPONIANA le 4 septembre 1972* après mon Diplôme d'état de Masseur Kinésithérapeute.
- En 1976, après l'obtention du diplôme de Cadre de Santé, je suis nommé Kinésithérapeute-Chef.
- Le 1^{er} août 2002, je passe en **préretraite** (travail à mi-temps), jusqu'à ma retraite (1^{er} avril 2009).

Après ma retraite, je reprends du service à temps partiel (¼ temps) à partir du 1^{er} avril 2009, *toujours à l'Institut de Rééducation POMPONIANA dans le service de kinésithérapie* de manière à assurer :

- **la transmission des savoirs** auprès de jeunes kinésithérapeutes,
- l'encadrement des stagiaires en kinésithérapie,
- et la prise en charge ponctuelle de patients (remplacement de courte durée d'un kinésithérapeute absent).

Actuellement, j'occupe toujours cette fonction à **¼ temps**, soit une matinée sur 2, en théorie...

Formations et diplômes :

Baccalauréat série « sciences expérimentales » 1966

Brevet d'état de Maître nageur sauveteur 06 avril 1972

IFMK : « Cours de gymnastique médicale et de rééducation fonctionnelle » Hôpital des Enfants Malades
149 rue de Sèvres Paris XV^e Directeurs Professeur PELLERIN et Michèle LACÔTE

Diplôme d'état de Masseur Kinésithérapeute juin 1972

Diplôme d'état de cadre de santé (Institut de Formation BOIS LARRIS) juin 1976.

Formation « Méthode de Kabat » (Eric VIEL et Daniel MOREAU) 1978.

Formation « Méthode de BOBATH adultes » une semaine avec Frédéric Noël Ducret à Bois-Larris 1979.

Formation « Méthode de BOBATH enfants » 3 mois au centre Paul DOTTIN à Toulouse - Ramonville 1980.

Formation « Stimulation électrique fonctionnelle en neurologie » animée par l'équipe du Centre de Rééducation de VALMANTE et en particulier le Dr BENEZET et A. ALBERT. 1984.

Formation « Prise en charge des IMC » 3 mois avec Michel LE METAYER au CDI à Paris et à l'hôpital du Kremlin-Bicêtre 1988.

Séjour aux USA organisé par J.M. LA VIGNE « Approche de BRUNNSTROM » avec formation théorique à l'institut de formation en Physical Therapy du Russell Sage College 1990.

Stage pratique au Burke Rehabilitation Center 1990.

Stage pratique au Rusk Institute of Rehabilitation 1990.

Stage pratique au Columbia Presbyterian Hospital 1990.

Formation intra muros à l'Institut Pomponiana « Méthode de PERFETTI » par Raymond Cecconello 1993.

Formation intra muros à l'Institut POMPONIANA « Stretching » 1994.

Formation intra muros « Méthode Moshe FELDENKRAIS » par Françoise FIGUIERE . 1995 et 1996.

Formation intra muros à POMPONIANA « Drainage lymphatique manuel » par Olivier LEDUC 1997.

Diplôme Universitaire neurophysiologie neurosciences et rééducation organisé par Serge MESURE du 25 au 30 novembre 1996 et du 10 au 15 mars 1997 au CNRS de Marseille.

Formation « Isocinétique » Centre l'Espoir de Lille-Hellemes 1998.

Formation intra muros à l'Institut POMPONIANA rééducation respiratoire par Pascal GOUILLY 2012

Formation intra muros à l'Institut POMPONIANA en neurologie-AVC par Claudie CHAUVIERE 2012 et 2013

Participation régulière à de nombreux congrès (JFK, SOFMER....).

Formations et pratique (niveau amateur) de différentes danses (rock 'n' roll, cha-cha, salsa, tango, pasodoble, valse...)

Formation en arts martiaux internes et externes, tai-chi-chuan, qi-gong, karaté-do, kobudo, do-in et shiatsu depuis de nombreuses années..., etc...

avec de nombreux maîtres français et chinois dont :

Maître Cheung Chun Wa pour le Qi Gong du « vol de la grue »

Maîtres Tan Wen Bin, Zang Guang De, Ke Wen, pour d'autres Qi Gong et Tai chi - Qi gong

Initiation à la « canne de défense » par Maître Jacques Levinet en 2009

Pratique du nunchaku, du Katana et du kobudo d'Okinawa (tonfa, bo, tambo)

Ceinture noire de karaté et 1^{er} DAN en 2012

Principales publications :

Sultana R. : La rééducation fonctionnelle d'un sujet présentant un syndrome cérébelleux. Ann. Kinésithérapie., 1980, 7, 213-222.

Sultana R. : La physio-pathologie du faisceau inférieur du grand pectoral dans les hémipariés vasculaires de l'adulte, son importance en rééducation. Ann. Kinésithér. 1984, t. 11, n° 1-2, pp. 29-35.

Sultana R. : La rééducation des ataxies et syndromes cérébelleux. Kinésithérapie Scientifique, N°289, avril 1990

Sultana R. : La méthode de Brunnstrom, bilan et techniques dans la rééducation des hémiplegiques et des traumatisés crâniens. Masson, Paris 1994.

Sultana R., Mesure S. : le sport, un outil de rééducation posturale. In Mesure S. et Lamendin H. : Posture, pratique sportive et rééducation. Collection Médecine du sport, Masson édit., Paris 2001, 113-139.

Sultana R., Bielec S., Rubinot T., Bardot P., Heurley G. : SEP : la frontière entre l'autonomie et la dépendance. Kinésithérapie, les cahiers, N°8-9 – Août – Septembre 2002/ p. 53-5.

R. Sultana et S. Mesure : Ataxie et syndromes cérébelleux, rééducation fonctionnelle, ludique et sportive. Masson édit. Paris, 2008.

<http://www.elsevier-masson.fr/ataxies-et-syndromes-cerebelleux-9782294702242.html>

Sultana R., Mesure S. Le Dafniet V., Bardot P., Heurley G., Crucy M. Sclérose en plaques et kinésithérapie. EMC (Elsevier Masson SAS, Paris), Kinésithérapie-Médecine Physique-Réadaptation, 26-431-A-20, 2010.

<http://www.em-consulte.com/article/261147/sclerose-en-plaques-et-kinesitherapie>

Sultana R., Mesure S. , Bardot P., Heurley G., Tisserand S. Sclérose en plaques : des exercices actifs adaptés à chaque patient. Kinésither Rev 2011 ; (109-110) :55-56

<http://www.em-consulte.com/en/article/280329#N10057>

Sultana R. : La tandem-therapy et la maladie de Parkinson. Kinésithérapie, la revue, Vol 12, N°124 avril 2012 p. 6

<http://www.em-consulte.com/article/711281/article/la-et-la-maladie-de-parkinson>

Sultana R., Heurley G : Réentraînement à l'effort des patients en neurologie (SEP, Parkinson...)
Kinésithérapie, la revue, Vol 13, N°134 - février 2013 p. 17

<http://www.em-consulte.com/article/781955/reentrainement-a-leffort-des-patients-en-neurologi>

Sultana R., Bardot P., Lebrun C. Cryothérapie et sclérose en plaques. Neurologies, Avril 2015, vol. 18, numéro 177 : 108-112.

http://neurologies.fr/files/2015/04/NE177_P108A112_COR.pdf

Sultana R, Mesure S. Résultat fonctionnel et moteur 5 ans après un AVC versus résultat à 2 mois après l'AVC à travers une étude européenne multicentrique. Kinesither Rev 2016;16(173):30-31

<http://www.em-consulte.com/en/article/1052139>

Plus de 200 Vidéos et articles professionnels sur Internet

Autorisation audio-visuelle aux normes, droit à l'image

<http://reeducationreadaptation.hautetfort.com/archive/2011/09/01/autorisation-audio-visuelle-aux-normes-droit-a-l-image.html>

Quelques exemples :

Vidéos anti-douleurs pour les patients à voir sur Internet

Depuis l'accréditation de l'Institut de Rééducation Pomponiana, le CLUD (Comité de Lutte contre la Douleur), a adopté ce document. Il est distribué à chaque patient qui en a l'utilité.

Voici les titres à afficher sur votre moteur de recherche Google (ou mieux, moteur de recherche de Youtube)
Ces vidéos sont visibles gratuitement sur le site Internet YouTube et ne nécessitent aucune inscription.

Douleurs des membres, en particulier en cas d'œdème

Titre de la vidéo : **Auto-massage du membre inférieur contre l'œdème et la douleur**

Lien URL : <http://www.youtube.com/watch?v=GyNY7gsvCoU>

Titre de la vidéo : **Auto-massage du membre supérieur contre l'œdème et la douleur**

Lien URL : <http://www.youtube.com/watch?v=lposFpqJ9jY>

Douleurs des membres inférieurs, en particulier des genoux et en cas d'hydarthrose

Titre de la vidéo : **Contractions statiques du quadriceps et kinésithérapie genou**

Lien URL : <http://www.youtube.com/watch?v=Mlqu3xfslg> (Cette vidéo a été vue plus de 100000 fois)

Douleurs liées à une pathologie du rachis cervical

Titre de la vidéo : **Auto-massage « self-shiatsu » pour douleurs du cou (cervicalgies), cervicarthrose**

Lien URL : http://www.youtube.com/watch?v=sszVucJHt_o (Cette vidéo a été vue plus de 10800 fois)

Tractions douces pour douleurs du cou et du dos. http://www.youtube.com/watch?v=J1vfuCnJ4_0

Douleurs chroniques du cou (cervicales) et nage de salon <http://youtu.be/6LXSHn0jJUc>

Élongations en voiture pour cervicales douloureuses <http://www.youtube.com/watch?v=XXuqMxP2ddo>

Douleurs des membres supérieurs, en particulier des épaules (coiffe des rotateurs)

Titre : Contractions statiques du deltoïde et rééducation de l'épaule <http://www.youtube.com/watch?v=7E0qMf1Lcwl>

Spasticité des membres inférieurs avec recurvatum douloureux

Sclérose en plaques avec recurvatum douloureux, que faire ? <http://youtu.be/Zsidfo7e7Es>

2 ans plus tard : SEP avec recurvatum douloureux que faire ? <http://youtu.be/vc6GFojDvq4>

Cryothérapie pour les Scléroses en plaques :

efficace non seulement sur la spasticité mais aussi sur les douleurs des scléroses en plaques sensibles à la chaleur

Titre de la vidéo : **Cryothérapie sèche pour sclérose en plaques : technique et témoignages**

Lien URL : <http://www.youtube.com/watch?v=5mSm1p1cdpA>

Titre de la vidéo : **Cryothérapie à domicile pour sclérose en plaques**

Lien URL : <http://www.youtube.com/watch?v=5Swa-PmaF6g> (Cette vidéo a été vue plus de 11000 fois)

Baignoire d'eau fraîche pour sclérose en plaques <http://www.youtube.com/watch?v=jaz4DJEC8kg>

Douleurs diverses liées en particulier à la fatigue

Titre : Relaxation et repos par un « QI GONG » couché http://www.youtube.com/watch?v=Qod_ZIMevsc

Douleurs des membres et douleurs diverses

Tractions pour chevilles, hanches et genoux douloureux http://youtu.be/IYx_0W4NCxM

Technique de pompage d'une articulation interphalangienne http://youtu.be/-jOfC_muv08

71 ans, Nage de salon, prothèse de hanche et marathon <http://www.youtube.com/watch?v=MIYPN7PMMtA>

Auto-massage self-shiatsu antalgique pour lutter contre les douleurs du sein <http://youtu.be/PVRVkuX57L4>

Douleurs liées à une pathologie du rachis lombaire (lombalgies et sciatiques)

Titre de la vidéo : **Hernie discale opérée : ma rééducation. Film N° 1**

(Cette vidéo a été vue plus de 110000 fois) Lien URL : <http://www.youtube.com/watch?v=y5G3L24noB0>

Titre de la vidéo : **Nage de salon au sol : les bienfaits de la natation sans eau**

(Cette vidéo a été vue plus de 27000 fois) Lien URL : <http://www.youtube.com/watch?v=ZsxTOeHcFSo>

Titre de la vidéo : **Exercices pour lombalgiques en piscine** (Cette vidéo a été vue plus de 220000 fois)

Lien URL : <http://www.youtube.com/watch?v=xgQSygXi3r8&feature=related>

Gymnastique douce pour lombalgiques et sportifs <http://youtu.be/LMpdkh7W8XM>

Echauffement à l'aide d'un gros ballon Echauffement quotidien d'un sportif, ou d'un patient lombalgique

<http://youtu.be/PzbYKPQR000>

Nage de salon sur le côté <http://www.youtube.com/watch?v=IcPTu-djVjA>

Nage de salon au sol : les bienfaits de la natation sans eau

<http://www.youtube.com/watch?v=ZsxTOeHcFSo>

Nages de salon couché sur le dos : natation sans eau

<http://www.youtube.com/watch?v=TVG9BfmHh7w&feature=relmfu>

Nage de salon debout http://youtu.be/2VuPfx7N_YM

Lombalgies : échauffement debout, nages de salon <http://youtu.be/6hy-eLnYGTw>

QI GONG pour LOMBALGIQUES et SPORTIFS http://youtu.be/2N0XL2c_lqo

Nage dissociée une nouvelle arme contre la lombalgie <http://youtu.be/ZbwZRFpQwCA>

Exercices pour lombalgiques en petite piscine <http://youtu.be/ZyY5tt1r9tg>

Gym quadrupédique pour lombalgiques et sportifs http://youtu.be/N1tgseE52_w

Stretching pour lombalgiques et sportifs <http://youtu.be/2oDKWOWPu6Q>

Lombostat en papier simple et efficace, pour lumbago et douleurs lombaires

<http://youtu.be/ibEPTO53Z7U>

"Baignoire thérapie" pour lombalgie dorsalgie et cervicalgie <http://youtu.be/jj7UvR7NA-M>

Jonglage thérapie pour lombalgie dorsalgie et cervicalgie <http://youtu.be/6xW0duUSKuk>

Je suis lombalgique mais je me soigne <http://youtu.be/e417bItzPEA>

Nages pour lombalgiques, dorsalgiques, cervicalgiques http://youtu.be/LRR_3xFdDvk

Vidéos Sclérose En Plaques et protocole de rééducation de POMPONIANA : Adresses internet (liens URL)

SEP avec atteintes de gravité intermédiaire

Bilan-traitement de la Sclérose en Plaques en kinésithérapie libérale

<http://www.youtube.com/user/sultanaroland#p/u/28/NS9gECGVCzU>

Entretien orthopédique pour Sclérose en Plaques

<http://www.youtube.com/user/sultanaroland#p/u/27/CPjRwPYJTyg>

Mon combat contre la SEP par la rééducation

<http://www.youtube.com/user/sultanaroland#p/f/15/8AYKX8pQ4iA>

Ma lutte contre la SEP par la kinésithérapie (version N° 3)

<http://www.youtube.com/user/sultanaroland#p/f/0/XF6MBToSDPA>

Cryothérapie à domicile pour sclérose en plaques

<http://www.youtube.com/user/sultanaroland#p/u/63/5Swa-PmaF6g>

Baignoire d'eau fraîche pour sclérose en plaques

<http://www.youtube.com/user/sultanaroland#p/u/14/jaz4DJEC8kg>

Facilitation de la flexion pour améliorer la marche (sclérose en plaques)

<http://www.youtube.com/user/sultanaroland#p/u/18/n8SVFRJnDWs>

W isocinétiq ue excentrique de la flexion (SEP)

<http://www.youtube.com/user/sultanaroland#p/u/15/hEGLy32iaEY>

Sclérose en plaques : releveur « liberté » pour pied équin

<http://www.youtube.com/user/sultanaroland#p/u/17/f5ggfYcNLh8>

Stimulation électrique fonctionnelle pour sclérose en plaques

<http://www.youtube.com/user/sultanaroland#p/u/16/Sgy33Od5-zk>

Sclérose en plaques : comment faciliter la marche ?

<http://www.youtube.com/user/sultanaroland#p/u/71/J6dDStLUpAQ>

Relaxation et repos par un « QI GONG » couché

http://www.youtube.com/user/sultanaroland#p/u/21/Qod_ZIMEvsc

Sclérose en plaques : et si je conduisais une voiture ?

<http://www.youtube.com/user/sultanaroland#p/f/13/zikYZ1vYVky>

Bases théoriques N°1 rééducation de la sclérose en plaques

<http://www.youtube.com/user/sultanaroland#p/u/74/wkekQqEBVSk>

Ma reprise de la marche (sclérose en plaques)

<http://www.youtube.com/user/sultanaroland#p/f/19/tvJyScD8s38>

Sclérose en plaques, ma préparation à la marche

<http://www.youtube.com/watch?v=HpHkQHMTYfA&feature=related>

SEP avec atteintes profonde

Sclérose en plaques : comment se remettre debout (Nouvelle version : téléchargement plus rapide)

<http://www.youtube.com/user/sultanaroland#p/u/13/wHxqra11Dyk>

Fauteuil roulant électrique informatisé avec toutes les options

<http://www.youtube.com/user/sultanaroland#p/u/30/2yfyT1J-2V8>

Ma kinésithérapie contre la sclérose en plaques FILM 1

http://www.youtube.com/user/sultanaroland#p/f/24/V9dC_0e4s-E

SEP avec atteintes frustes

Rééducation quantifiée de la marche en neurologie

http://www.youtube.com/user/sultanaroland#p/u/34/IicXo_xUrU4

Activité physique aérobie pour sclérose en plaques

<http://www.youtube.com/user/sultanaroland#p/u/26/Mly9g9YUSuE>

Sclérose en plaques avec recurvatum douloureux, que faire ?

<http://www.youtube.com/user/sultanaroland#p/u/70/Zsidfo7e7Es>

2 ans plus tard : SEP avec recurvatum douloureux que faire ?

<http://www.youtube.com/user/sultanaroland#p/u/11/vc6GFojDyq4>

Sclérose en plaques et yoga, justifications et limites

http://www.youtube.com/user/sultanaroland#p/u/69/O785quBD1_I

Trottinette et exercices pour sclérose en plaques

<http://www.youtube.com/user/sultanaroland#p/u/19/pfpdC6h7O7w>

Sclérose en plaques et Qi Gong : justifications et limites

http://www.youtube.com/user/sultanaroland#p/u/65/Gv0U_k2FLEo

Bain de mer pour sclérose en plaques

<http://www.youtube.com/user/sultanaroland#p/u/25/RtkCyYvwciM>

Manger une compote, malgré les tremblements et troubles de sensibilité

<http://www.youtube.com/user/sultanaroland#p/u/24/MGaqInUYh60>

Couper les ongles malgré un syndrome cérébelleux et une ataxie proprioceptive

<http://www.youtube.com/user/sultanaroland#p/u/20/rL3PIvumOIQ>