

CENTRE DE RÉFÉRENCE MALADIE RARE Atrophie Multi Systématisée (AMS)

Pr OLIVIER RASCOL, Médecin coordonnateur

Hôpital Purpan

Place du Docteur-Baylac - TSA 40031 - 31059 Toulouse Cedex 9

Programme de kinésithérapie pour le patient atteint d'Atrophie Multisystématisée

Livret d'information

CENTRE HOSPITALIER UNIVERSITAIRE DE TOULOUSE

Attention : ces quelques conseils sont des conseils généraux et doivent être adaptés en fonction de votre état clinique avec votre kinésithérapeute.

LA SÉANCE

- › Lieu : de préférence au cabinet du kiné
- › **Fréquence et durée** : 3 séances /semaine de 30 minutes, régulièrement, sont préconisées
- › **Respecter la fatigabilité** et adapter la séance en cas d'hypotension orthostatique
- › **Intensité** : privilégier une rééducation à visée fonctionnelle, un entretien musculaire d'intensité modérée sans musculation à proprement parler.

LE PROGRAMME DE RÉÉDUCATION-TYPE

1 - Assouplissements et étirements :
- de toute la colonne vertébrale, des membres supérieurs, des membres inférieurs

2- Travail musculaire :
- correction de la posture
- entretien musculaire général d'intensité modérée

3 - Travail de l'équilibre :
- si possible au sol, associé à des assouplissements
- debout, en statique et surtout en dynamique
- stimulation de l'équilibre et travail du placement du poids du corps

4- Travail d'apprentissage :
- des retournements dans le lit
- des changements de position : couché / assis / debout et inversement

- des chutes et des relevés du sol si possible
- de la qualité de la marche en terrain plat ou accidenté et dans les escaliers, de la double tâche (marcher en portant une casserole...) si elle est possible
- de l'utilisation de l'aide technique éventuelle
- de la dextérité, des préhensions, de l'écriture

5- Travail du souffle et de la toux

6 - Si nécessaire, apprentissage auprès de l'aidant des bonnes manœuvres de manutention lors des aides aux transferts et aux retournements dans le lit.

L'activité physique régulière ne peut être que bénéfique : pensez-y !

D'autres rééducateurs peuvent intervenir sur prescription médicale : orthophoniste, ergothérapeute... N'hésitez pas à en parler avec votre médecin traitant.

Hôpital Purpan

Place du Docteur Baylac
TSA 40031
31059 Toulouse Cedex 9

Conception graphique/réalisation (octobre 2012) : Direction de la Communication

Rédaction : Christine MOHARA, kinésithérapeute

Impression : Centre de Reprographie du CHU de Toulouse

© 2012, CHU Toulouse - 2, rue Viguier - TSA 80035 - 31059 Toulouse Cedex 9

Conception
Centre de Référence
Maladie Rare AMS

Attention : ces quelques conseils sont des conseils généraux et doivent être adaptés en fonction de votre état clinique avec votre kinésithérapeute.

LA SÉANCE

- › Lieu : de préférence au cabinet du kiné
- › Fréquence et durée : 3 séances /semaine de 30 minutes, régulièrement, sont préconisées
- › Respecter la fatigabilité et adapter la séance en cas d'hypotension orthostatique
- › Intensité : privilégier une rééducation à visée fonctionnelle, un entretien musculaire d'intensité modérée sans musculation à proprement parler.

LE PROGRAMME DE RÉÉDUCATION-TYPE

1- Assouplissements et étirements :
- de toute la colonne vertébrale, des membres supérieurs, des membres inférieurs

2- Travail musculaire :
- correction de la posture
- entretien musculaire général d'intensité modérée

3 - Travail de l'équilibre :
- si possible au sol, associé à des assouplissements
- debout, en statique et surtout en dynamique
- stimulation de l'équilibre et travail du placement du poids du corps

4- Travail d'apprentissage :
- des retournements dans le lit
- des changements de position : couché / assis / debout et inversement

- des chutes et des relevés du sol si possible
- de la qualité de la marche en terrain plat ou accidenté et dans les escaliers, de la double tâche (marcher en portant une casserole...) si elle est possible
- de l'utilisation de l'aide technique éventuelle
- de la dextérité, des préhensions, de l'écriture

5- Travail du souffle et de la toux

6 - Si nécessaire, apprentissage auprès de l'aidant des bonnes manœuvres de manutention lors des aides aux transferts et aux retournements dans le lit.

L'activité physique régulière ne peut être que bénéfique : pensez-y !

D'autres rééducateurs peuvent intervenir sur prescription médicale : orthophoniste, ergothérapeute... N'hésitez pas à en parler avec votre médecin traitant.

Hôpital Purpan

Place du Docteur Baylac
TSA 40031
31059 Toulouse Cedex 9

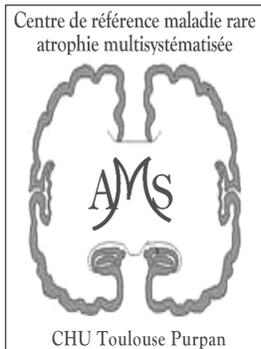
Conception graphique/réalisation (octobre 2012) : Direction de la Communication

Rédaction : Christine MOHARA, kinésithérapeute

Impression : Centre de Reprographie du CHU de Toulouse

© 2012, CHU Toulouse - 2, rue Viguier - TSA 80035 - 31059 Toulouse Cedex 9

Conception
Centre de Référence
Maladie Rare AMS



CENTRE DE RÉFÉRENCE MALADIE RARE Atrophie Multi Systématisée (AMS)

Pr OLIVIER RASCOL, Médecin coordonnateur

Hôpital Purpan

Place du Docteur-Baylac - TSA 40031 - 31059 Toulouse Cedex 9

Programme de kinésithérapie pour le patient atteint d'Atrophie Multisystématisée

Livret d'information

CENTRE HOSPITALIER UNIVERSITAIRE DE TOULOUSE