

## Prise de rendez-vous :

Service de médecine  
physique et de réadaptation

081 20 99 16  
081 20 99 17

*Les cours pluridisciplinaires (kiné et ergo)  
d'une durée de 2 heures sont donnés en  
groupe 2x/semaine.  
Plus d'infos : 081/20 94 98*

**Le but de l'école de  
la sclérose en plaques  
est d'améliorer les  
capacités physiques et  
fonctionnelles de nos  
patients, de leur apporter  
des conseils au quotidien.**

**A travers nos prises en  
charges thérapeutiques,  
nous cherchons à  
améliorer l'indépendance  
fonctionnelle et la qualité  
de vie de nos patients.**

# École de la sclérose en plaques



## Principes de réadaptation

Dans un premier temps, le patient rencontrera le médecin rééducateur qui établira avec lui les objectifs du traitement.

Ensuite, les thérapeutes cibleront les difficultés avec le patient afin d'établir ensemble des objectifs spécifiques communs.

Nous proposons des exercices destinés à améliorer les capacités physiques mais aussi ayant un intérêt fonctionnel (visant l'amélioration des transferts, de la marche, de l'équilibre).

Nous veillons à fractionner les efforts (temps de pauses).

Nous tentons de conseiller au mieux nos patients dans leur quotidien (aménagement du domicile, utilisation d'aides techniques...).

## Programme de réadaptation

Le programme de réadaptation est adapté selon :

- Le stade du patient (EDSS)
- La phase de la maladie (poussée/ rémission)
- Les capacités fonctionnelles de la personne
- Les symptômes présents.

*Le patient fera l'objet de consultations régulières afin de refixer les objectifs du programme.*

*Lorsque les objectifs sont atteints ou qu'il n'y a plus d'évolution à espérer, il est souhaitable que le patient entretienne ses acquis, notamment par la pratique d'une activité physique régulière ou par des soins de kinésithérapie d'entretien (extérieur à notre service de réadaptation).*

## Concrètement à la Clinique Saint-Luc Bouge...

Nous vous proposons **des séances de groupe** (jusqu'à 6 personnes)

- durant +/- 2h
- à raison de 2x/semaine.

Au cours de ces 2h, vous bénéficierez :

- d'une prise en charge pluridisciplinaire répartie en « ateliers »
- du travail avec le kinésithérapeute et avec l'ergothérapeute.

### → En kiné

- Évaluation des troubles musculaires et des capacités physiques
- Étirements musculaires/stretching
- Renforcement musculaire analytique et global
- Endurance et gainage
- Réentraînement à l'effort adapté
- Correction posturale.

### → En ergo

- Évaluation des capacités/difficultés au quotidien
- Mises en situation
- Exercices d'équilibre, de marche, passage d'obstacles...
- Exercices des membres supérieurs (force, dextérité, préhensions...)
- Conseils en aménagement du domicile et aides techniques.

