



# Rééducation post-traumatique

Après une intervention chirurgicale orthopédique après un accident de la voie publique, ou après un traumatisme sportif, la rééducation s'impose en général. Un séjour dans une station thermale spécialisée offre un complément efficace.



## → Pourquoi la rééducation ?

► L'objectif est d'éviter la raideur articulaire et de récupérer les meilleures amplitudes articulaires possibles. Elle permet de garder une musculature efficace, facteur qui facilite ensuite la réadaptation. Elle limite la fibrose, restaure la qualité de vie et l'autonomie. Elle limite également, chez les grands brûlés, les rétractions.

## → À quel moment ?

► La rééducation s'impose dans l'immédiat ou après une période d'immobilisation. De façon optimale, le patient est adressé dans un centre de rééducation où il est pris en charge individuellement.

► La cure permet de consolider les effets de la rééducation.

## → Qui prescrit la rééducation ?

► C'est le chirurgien qui adresse son patient en post-opératoire dans un centre de rééducation.

► Le généraliste ou le rhumatologue (ou un autre spécialiste en fonction du traumatisme) prescrivent une cure thermale pour lutter contre les séquelles de traumatismes articulaires.

## → Quel est le profil des curistes ?

► A distance de l'intervention, une cure prescrite pour des séquelles de traumatisme s'adresse à des polytraumatisés, des patients souffrant de séquelles de fracture(s), ayant subi ou non des interventions chirurgicales, des amputés ou des grands brûlés.

► Des grands sportifs profitent aussi des soins de cure pour soigner leurs blessures qui se chronicisent. Les algodystrophies présentent également un bon profil.

### L'origine du traumatisme est

- sportive
- un accident sur la voie publique
- professionnelle
- domestique



BSIP

Les exercices en apesanteur dans l'eau diminuent la raideur.

### Des soins thermaux adaptés

- 1 h 30/jour, 6 jours sur 7
- Application de boues
- Bain de boues
- Massage
- Gymnastique collective
- Mobilisation en piscine
- Jets tonifiants

### Quelles sont les stations spécialisées ?

- 45 stations thermales revendiquent les séquelles de traumatisme dans leur indication de prise en charge, principalement les stations à orientation rhumatologique.
- 12 stations agréées en dermatologie peuvent prendre en charge les séquelles de brûlures.

### En savoir plus

[www.france-thermale.org](http://www.france-thermale.org)

## → L'intérêt d'une rééducation post-traumatique en milieu thermal ?

- ▶ Trois semaines de cure, de soins adaptés dans un contexte de prise en charge globale sont favorables pour plusieurs raisons :
- **Effets antalgiques** : Les eaux thermales chaudes et sédatives calment les douleurs.
- **Assouplissement** : Les exercices en apesanteur dans l'eau facilitent le retour à une bonne amplitude articulaire et diminuent la raideur.
- **Récupération** : Les exercices quotidiens progressifs, répétitifs et doux redonnent confiance.
- **Accessibilité** : Dans de nombreuses stations, l'accueil des personnes handicapées, à mobilité réduite ou en fauteuil roulant est facilité.
- **Prévention** : La cure peut être répétée plusieurs années de suite pour ralentir et prévenir le développement de l'arthrose qui apparaît tôt ou tard sur n'importe quel traumatisme articulaire.

## → Et la douleur ?

- ▶ Dans les séquelles de traumatisme, les douleurs sont neuromusculaires.
- ▶ La chaleur des eaux a alors un effet décontracturant et myorelaxant.
- ▶ Les massages manuels ont aussi une action antalgique.

- ▶ Enfin, l'éducation thérapeutique du patient, sous forme d'information sur la maladie et de conseils hygiénodététiques, rend le fibromyalgique acteur de sa prise en charge.

## → La cure thermale, une place dans le parcours de soin de suite

- ▶ La crénothérapie s'inscrit dans cette prise en charge spécifique comme un chaînon essentiel du soin de suite qui permet au patient de bénéficier :
- d'un plateau technique adapté,
- d'un personnel médical et paramédical formé,
- d'un environnement sanitaire aux normes et d'hébergements répondant aux besoins des personnes handicapées,
- d'un rapport médico-économique avantageux.