

Quels rôles pour l'ergothérapeute?

- Journée de l'arthrite -
2014

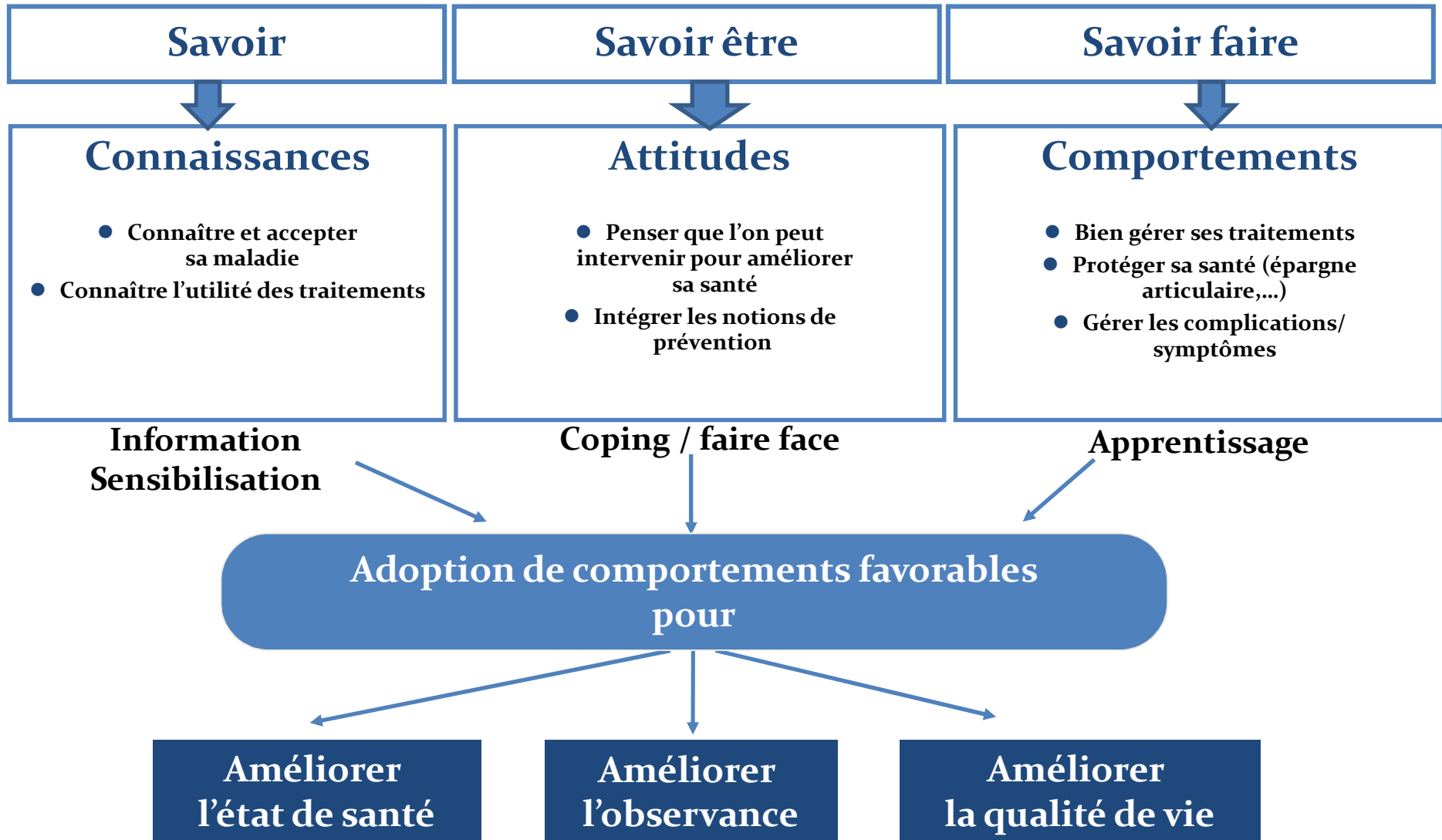


Objectifs poursuivis avec vous :

1. Adapter les activités quotidiennes en fonction des douleurs
2. Entretenir la mobilité articulaire et musculaire lors d'activités fonctionnelles (cf. exposé kiné)
3. Connaître une gestuelle adaptée
4. Utiliser des aides techniques ou humaines pour compenser une situation déficitaire
5. Appréhender la nécessité ou non du port d'orthèse

Pour cela:

Selon un modèle théorique de programme d'éducation thérapeutique du patient



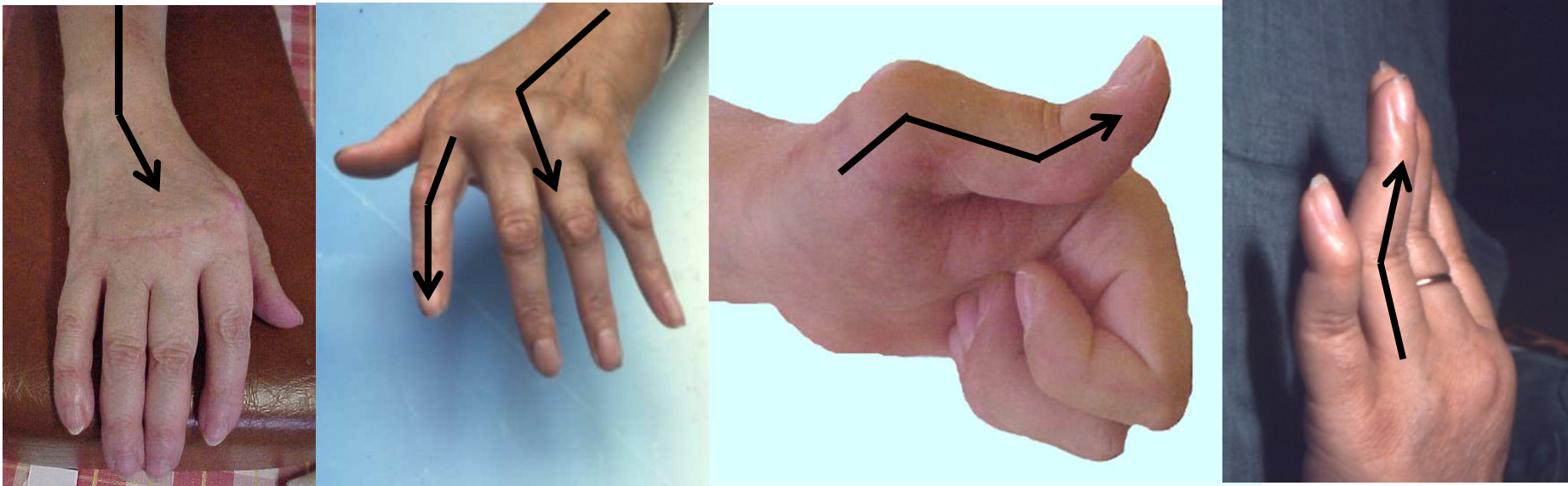
2. Entretien la mobilité articulaire et musculaire lors d'activités fonctionnelles



3. Gestuelle adaptée

- Evaluer la situation de départ – *Entretien*
- Appréhender les activités qui vont entretenir la déformation - *Prévention*

- Déviation radiale du poignet
- Coup de vent des MCP
- Doigts en boutonnière
- Pouce en Z
- Col de cygne





Ces Activités qui favorisent les déformations

- La prise pulpo-latérale
- La prise directionnelle
- La prise tridigitale
- La prise en étau
- L'appui sur la pulpe du pouce
- L'appui sur le dos de la main



Epargne articulaire = faire différemment

- Utiliser ses coudes en angle droit
- Veiller à l'alignement articulaire
- Tenir en pleine main
- Grossir les prises
- Etendre son rayon de mouvement
- Alléger le poids à porter
- Ménager les petites articulations

Utiliser ses coudes en **Angle droit**
= Quelque soit sa position, ajuster sa hauteur



Préférer



Veiller à *l'alignement articulaire* = le moins de torsion possible



Préférer



Tenue en *pleine main* = grossir les prises



Préférer



Usage de *manches grossis*, = répartir la pression



Préférer



Usage de *bras de levier* = répartir la pression



Préférer



A deux mains
= alléger



Préférer



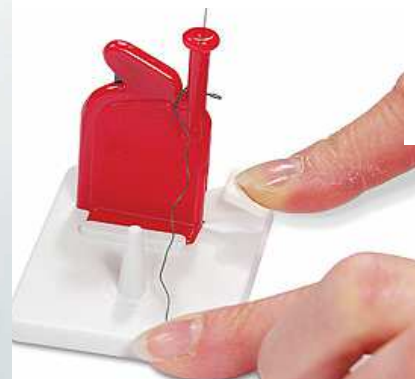
Utiliser les *grandes articulations* = économiser les petites



Préférer



4. Utiliser les *aides techniques* = diminuer la douleur lors des préhensions



Aide technique, aide humaine

- Convenance relative
- Toujours beau sur papier
- A essayer avant d'acheter
- Eventail de possibilités
- Engendre un certain coût

Demander à l'ergo!

5. Orthèses de repos

- Principes de base :
 - Stabiliser le poignet
 - Limiter les déformations
 - Favoriser un bon positionnement



**« Tu me dis, j'oublie.
Tu m'enseignes, je me souviens.
Tu m'impliques, j'apprend. »**

Benjamin Franklin 1706-1790