

Programmes multidisciplinaires et lombalgies chroniques

Jean-Paul Gallice¹, Danièle Kupper², Denis Rentsch³, Vincent Barthassat⁴, Christine Cedraschi⁵, Stéphane Genevay⁶

¹Physiothérapie, ²Ergothérapie, ³Service de psychiatrie de liaison et d'intervention de crise, ⁴Service d'enseignement thérapeutique pour maladies chroniques, ⁵Service de médecine interne de réhabilitation, ⁶Service de rhumatologie

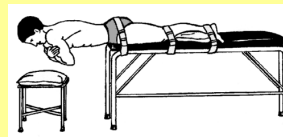
Illustration à partir du programme Prodigé© (PROgramme Dos des Institutions Universitaires Genevoises)

Attentes des patients



Activités / difficultés	importance	difficulté	peur
• travail de bureau	10	10	8
• sport : basket, jogging (son ami fait de la grimpe)	10	10	10
• danse latino	9	10	9
• sexualité	9	8.5	0
• position statique	8	9	5
• promenade avec son chien	8	7	5
• vie familiale avec enfants	7	5	5
• grossesse future	7	10	10
• shopping, porter	6	3	0
• piscine	10	8	6

Evaluation par les thérapeutes



- Présélection médicale et physiothérapeutique
- Bilan des capacités physiques (déconditionnement, souplesse,...), conséquences psychiques (anxiété-dépression), degré de kinésiophobie, et difficultés professionnelles

Reconnaitre la souffrance du patient

Démystifier la baguette magique, mais apporter des solutions
Favoriser la mobilité

Meilleure compréhension du rôle du mouvement

NEGOCIATION DES OBJECTIFS

Travailler sur les représentations, peurs et évitements des patients

Ne pas oublier le plaisir
Développer la motivation
Offrir un levier de contrôle au patient

A l'issue des 4 semaines, Monsieur X est capable, lors d'une sortie en discothèque, de tenir une succession de danses latinos durant 15 mn.
Objectif physio : lever 4 plaques au back extension.

Expérimenter progressivement des situations perçues comme dangereuses et évolution vers l'autonomie en développant un programme d'exercices et de techniques d'ergonomie personnalisées

Contrat

CONCEPTS

- Privilégier le modèle biopsychosocial
- Aborder la lombalgie en la considérant comme un dysfonctionnement et non comme une lésion
- Inciter le patient à reprendre ses activités, y compris son activité professionnelle
- Faire pratiquer des exercices intensifs
- S'entourer d'une équipe multidisciplinaire

