

**PROGRAMME D'EDUCATION THERAPEUTIQUE AUPRES DES
PATIENTS ATTEINTS DE LOMBALGIES CHRONIQUES... VERS UN
RENFORCEMENT DU LIEN VILLE- HOPITAL**



AIGUE

CHRONIQUE



**FACTEURS
DE
CHRONICITE**



**RETENTISSEMENT
FONCTIONNEL**

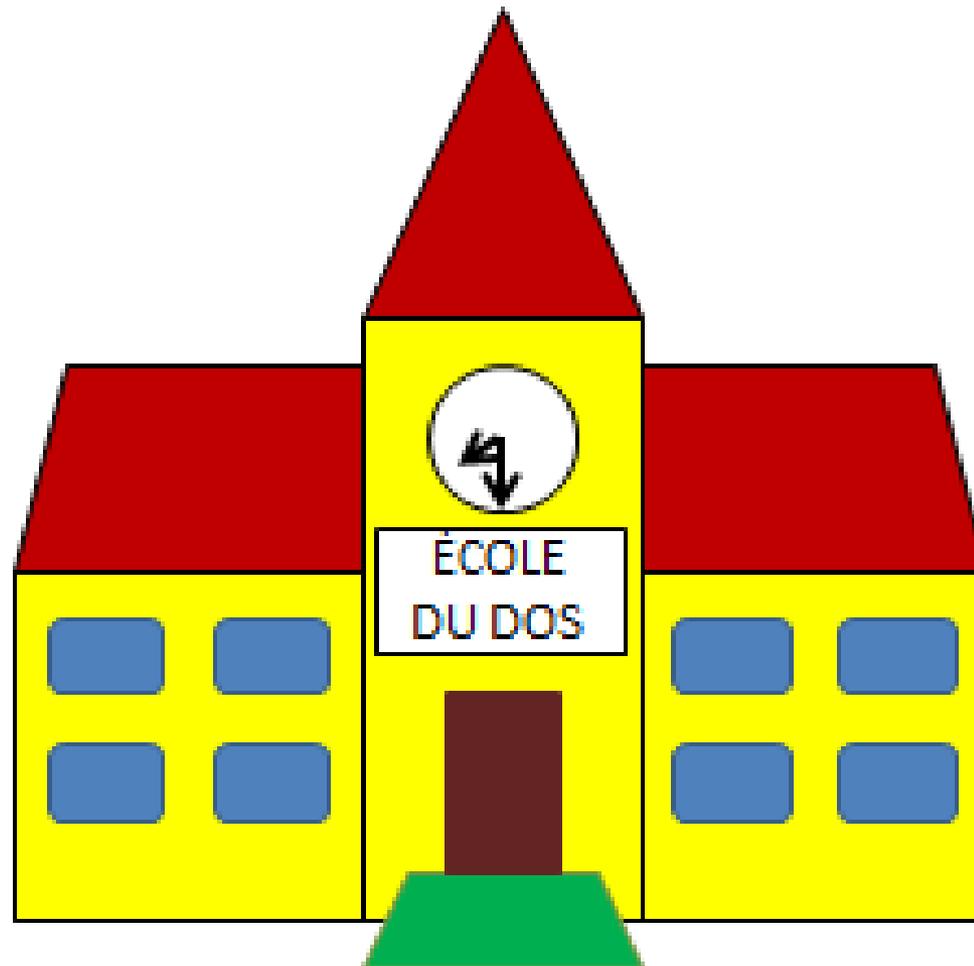


**RETENTISSEMENT
THYMIQUE**



**RETENTISSEMENT
FINANCIER**

ÉCOLE DU DOS



PROGRAMME D'EDUCATION THERAPEUTIQUE

TO: consultation
medicale et BEP

groupe

à 3 mois:
consultation rhumato

à 6 mois: 1 journée
de renforcement

à 9 mois: évaluation
individuelle

1: POINT DE DEPART/
POINT DE RUPTURE

MOT
POUR
DECRIRE
LA DOULEUR

3: CHEMINEMENT POUR
POUR Y ARRIVER

2: OBJECTIF FINAL

Step → Pombago
douleurs pot 3mo
Nov. Zado

Chute en
FEVRIER 2018
de
FRANÇOIS TIZ
Lombaire
REVAULT GOSSET → Lumbago

- Intake de médicaments de douleur
Anesthésiques, et les quelques années
dehors chroniques en rééducation
5-2018

- Trop lourd
- Brûlé
- Irrité
- Irrité

Pis de...
comme...
leur...
et...
l'impact...
après...

accident - chute

HARAICH
EGA

Déprimée
INSUPPORTABLE!

Pénitence.

INJUSTE

enrichissement

INERFACÉ

Souffrance

MAINTENANT QUE
C'EST DÉTECTÉ
METTRE EN AFFECTION
LE QU'ON NOUS APPREND

Arrêter d'espérer
que sa ~~base~~ base de
Taise au lendemain
par magie.

Redirection.

SAVOIR
DIRE
NON

Trouver du
temps pour soi

TENIR UN
PROGRAMME
DE RENFORCEMENT
MUSCULAIRE

démarches.

METTRE EN PLACE
PROGRAMME
DE
VIE

FAIRE
ATTENTION
AUX
POSTURES

ACTIVITE
- PREVENTION
- COOPERATION EN SOI

ÉTIREMENTS

RENFORCEMENT^{TS}
MUSCUL^R

MARCHE
NORDIQUE

Formation
adapter.

ÊTRE ACTIF
PRENDRE SON TEMPS
+ SAIN DE JOIE
Bon Avance.
PENSEZ POSITIF

Salle de sport.
marche.

RÉPÉTITIONS
ou RÉGULARITÉ
À INTÉGRER
QUOTIDIEN^{NT}

Formation →
Nouvelle orientation.

- VIGILANCE
- ANONOMIE
- PRENDRE SON
DE TOI.

de...
du...
de...
de...

de plus...
en...
(...)

Ø DOULEURS

Reprendre peu
couvée à
Pied. + tout
sport

ACTIVITE
PHYSIQUE

Reprise loisir
Sans appréhension
ou privation.
(ex: concert, canoe,
trajet, voyage...)

Reprise d'une
activité professionnelle

AVOIR UN
JOB!



DES IDEES?

