

Programme de réadaptation : Douleurs dorsales

Une équipe de professionnels et un centre de réadaptation reconnu depuis 1961

Nous nous concentrons principalement sur les patients souffrant de:

- Problèmes de dos avec douleurs chroniques et déséquilibre musculaire
- Défaut postural, hernie discale, sténose du canal rachidien
- Spondylose, spondylarthrose, spondylolisthésis, scoliose, hypercyphose, etc.
- Etat après une intervention rachidienne – opération d’une hernie discale, stabilisation, décompression, etc.

Objectifs de la réadaptation

- Soulagement de la douleur
- Amélioration de la stabilité segmentaire et de la stabilité du tronc
- Amélioration de la force musculaire et de la senso-motricité
- Amélioration de l’endurance et reconditionnement musculaire
- Amélioration de la mobilité
- Conseils ergonomiques et enseignements pour la vie quotidienne et la vie professionnelle
- Amélioration des stratégies de gestion de la douleur avec un soutien psychologique
- Réintégration le plus rapide possible dans les activités de la vie quotidienne, le travail et le sport

Programme de traitement adapté à vos besoins

Physiothérapie

- Thérapie individuelle
- Concept Mc Kenzie (méthode de rééducation lombaire)
- Concept Mulligan (Mobilisation manuelle thérapeutique en combinaison avec des mouvements actifs)
- PNF (Facilitation neuromusculaire proprioceptive)
- Kinesio Taping
- Thérapie manuelle et Osteopathie

Hydrothérapie

- Physiothérapie individuelle dans l’eau, Aqua jogging, gymnastique aquatique, relaxation aquatique, nage avec palmes

Thérapie médicale d'entraînement

- Thérapie médicale d'entraînement avec thérapie du sport
- Programmes spécifiques en groupe : école du dos, prévention des chutes, entraînement de l'équilibre, étirements, marche nordique, gymnastique du matin
- Diagnostic et entraînement isocinétique avec CON-TREX®
- Stabilomètre (entraînement de l'équilibre) et tapis roulant

Thérapie physique

- Massage thérapeutique, massage du tissu conjonctif, réflexologie plantaire, application de compresses chaudes ou froides
- Drainage lymphatique manuel ou à l'aide d'un appareil LYMPHA-MAT®
- Electrothérapie : Oscillations profondes avec HIVAMAT® - TENS®, Iontophorèse, courants diadynamiques
- Thérapie par champ magnétique
- Thérapie par ondes de choc

Ergothérapie

- Mesures ergonomiques, conseil et formation à l'utilisation de moyens auxiliaires pour les activités de la vie quotidienne

Psychologie clinique – Conseils psychologiques

- Gestion de la douleur : instruction et pratique de techniques de gestion de la douleur
- Sophrologie : apprentissage de techniques psychologiques de relaxation et mise en œuvre dans la vie quotidienne
- Gestion du stress: prévention et gestion du stress

Soins infirmiers

- Prise en charge des activités de la vie quotidienne, soins de base et thérapeutiques, pratique des soins actifs

Conseils en nutrition

Programme individuel d'entraînement à domicile