

Accident Vasculaire Cérébral Invalidant

Durée de cycle : de 3 à 12 mois

Fréquence : 2 à 5 séances par semaine

Informations générales

En France, chaque année plus de 130 000 accidents vasculaires cérébraux (AVC), soit un trouble toutes les 4 minutes.

Première cause de handicap acquis de l'adulte

Deuxième cause de démence après la maladie d'Alzheimer

Deuxième cause de mortalité (environ 10% des décès)

2 types d'AVC :

- Infarctus cérébraux (80-85% des AVC) → conséquence de l'occlusion d'une artère cérébrale par un caillot sanguin (effet secondaire des maladies vasculaires ou cardiaques),
- Hémorragies cérébrales ou méningées (respectivement 15% et 5% des AVC) → liées à la rupture d'une artère cérébrale (plutôt de petit calibre) fragilisée par l'artériosclérose ou d'autres maladies des petites artères (surtout chez les personnes âgées) ou troubles de coagulation souvent liés à la prise de médicaments anticoagulants.

Séquelles invalidantes : Hémiplégie et aphasie

Retrouve la marche mais la motricité du bras et de la main reste altérée

Mise en pratique

Intensité modérée à élevée

Echauffement aérobie

Jeux de réflexion et collaboratifs

Habiletés recommandées

Force

Endurance

Équilibre

Souplesse

Conscience

Mobilité

Précision

Maîtrise

Dextérité

Objectifs

Limiter la prise poids

Stimuler la mémoire

Améliorer les symptômes de dépression

Favoriser le lien social

Favoriser le retour à l'autonomie

Recommandations

Valoriser la réussite

Hydratation tout au long de la séance

Symptômes d'un AVC :

- Faiblesse musculaire, paralysie d'un ou plusieurs membres ou du visage, le plus souvent un seul côté du corps (hémiplégie)
- Perte de sensibilité ou engourdissement d'un ou plusieurs membres du visage
- Perte de la vision d'un œil ou de la moitié du champ visuel pour chaque œil, ou encore une vue double
- Difficultés à parler, soit une difficulté à articuler et/ou trouver ses mots, soit en raison de l'utilisation de mots inintelligibles et/ou de difficultés à comprendre ce que l'on entend
- Troubles de l'équilibre ou de la coordination des membres
- Troubles de la vigilance pouvant aller jusqu'au coma
- Mal de tête brutal, intense et inhabituel