



Kinésithérapie



après un AVC



Auto-rééducation

L'accident vasculaire cérébral est une maladie **aiguë** qui devient **chronique**. L'hémiplégie et l'hémi-parésie sont des séquelles fréquentes et invalidantes. La majorité des patients récupèrent des capacités motrices lors de leur rééducation et certaines restent altérées.

L'**auto-rééducation** améliore la **récupération**, en complément avec les séances de kinésithérapie, puis permet de **maintenir des capacités motrices et fonctionnelles** acquises pendant la phase sub-aiguë. À domicile, le patient suit en autonomie les indications données par le masseur-kinésithérapeute de sa prise en soins.

Phases

aiguë

sub-aiguë

Chronique

Récupération

Maintien des capacités motrices et fonctionnelles

Combien de temps ?

L'auto-rééducation est essentielle pour avoir un résultat optimum et stable dans le temps. Elle permet d'éviter ou minimiser des complications. Des exercices peuvent être réalisés toute la vie.

Fiches et livrets



Des fiches d'auto-rééducation, réalisées dès le 1^{er} confinement, aident les patients hémiplégiques, rééduqués par un kinésithérapeute libéral, à réaliser des exercices en autonomie à domicile.

(cf. Kinésithérapie)

- [Étirements des muscles du bras](#)
- [Étirements des muscles de la jambe](#)
- [Activités physiques et activités fonctionnelles](#)

- [Livret d'auto-rééducation pour les personnes hémiplégiques](#)
 - *Fondation Garches*
- [Informations et programme d'exercices dans les suites d'un AVC](#)
 - *Ordre des Masseurs-Kinésithérapeutes, France AVC*



Éducation thérapeutique du patient

L'Éducation Thérapeutique du Patient (ETP) constitue une offre de soins différente et complémentaire à la rééducation (cf. [Éducation thérapeutique du patient](#)) :

- S'adresse aux patients ayant une maladie chronique et à leur(s) aidant(s)
- Permet l'**acquisition de compétences d'auto-soins et d'adaptation à la vie quotidienne**

L'Éducation Thérapeutique du Patient est proposée lors de l'hospitalisation en soins de suite et de réadaptation (SSR) et en consultation pluri-professionnelle post-AVC (cf. [Consultation d'évaluation pluri-professionnelle post-AVC](#))