Mercredi 10 juillet 2024 - Catégorie: **Spécialités** - Ecrit par **Catherine Favre Kruit**

Réadaptation musculo-squelettique : retrouver son autonomie

RMS Meyriez_ext

Une hospitalisation suite à une opération du genou, une vilaine fracture, une amputation, un mal de dos ou une crise de rhumatisme aigus et soudain le quotidien est chamboulé. Ce qu'on pouvait faire jusqu'ici en toute autonomie n'est plus possible sans aide. C'est là qu'intervient la Réadaptation musculo-squelettique (RMS), qui a pour objectif de permettre aux patient-e-s un retour rapide à domicile dans les meilleures conditions. Sébastien Tabarelli, responsable ergothérapie et physiothérapie à l'HFR Meyriez-Murten nous explique à quoi sert la RMS et comment elle est organisée.

Le Service de réadaptation musculo-squelettique de l'HFR est basé sur le site de Meyriez-Murten et dispose de 28 lits. La RMS est indiquée dans de nombreuses situations qui entraînent une perte importante d'autonomie: pose d'une prothèse de hanche ou du genou, fractures après un accident, amputation, mal de dos aigu, arthrose ou rhumatisme sévère. Sébastien Tabarelli précise que « la condition pour pouvoir en bénéficier est d'être en mesure de suivre un programme intensif de rééducation de 450 minutes par semaine, pendant deux à trois semaines en moyenne. Aux personnes pour lesquelles ce programme serait trop intensif, il est proposé de recourir à d'autres types de réadaptation, comme la réadaptation gériatrique (300 minutes/semaine), à condition qu'elles aient plus de 65 ans. »

Secrétariat de Réadaptation musculo-squelettique

T +41 26 306 73 25

Lu-Ve : 08h00-16h00

Chemin du Village 24 | 3280 Meyriez - Suisse

Nous adresser un-e patient-e

Tout est mis en place pour permettre un retour rapide à la maison, lorsque cela est possible, et dans de bonnes conditions. Si le processus est standardisé, chaque prise en charge est adaptée aux patient-e-s: aux séances individuelles quotidiennes de physiothérapie et aux trois séances d'ergothérapie par semaine s'ajoutent des activités en groupe, choisies selon les besoins du patient : endurance, renforcement musculaire, équilibre, relaxation, fitness, piscine et marche à l'extérieur. Lorsque c'est pertinent, une prise en charge diététique est proposée. La santé psychique n'est pas oubliée, une psychologue est également à disposition. Toutes et tous ces professionnel-le-s travaillent de concert en collaboration avec le Service de liaison pour faciliter le retour à domicile.

Pour Sébastien Tabarelli, « la force de la RMS c'est d'une part la thérapie intensive qui maximise le retour à l'autonomie en un minimum de temps. D'autre part, ce sont toutes les connaissances théoriques et outils pratiques que les patient-e-s peuvent acquérir durant leur séjour pour pouvoir gérer le quotidien au retour à la maison et continuer à entretenir leur autonomie par des exercices de mobilisation et de renforcement. »

La RMS a évolué au cours des dix dernières années. « Auparavant, elle avait l'image d'une convalescence avec un programme à la carte axé sur le wellness. Les études ont montré qu'elle n'est efficace que lorsque les patient-e-s sont actif-ve-s. Certaines personnes ayant bénéficié de la pose d'une prothèse de genou il y a quinze ans et qui reviennent aujourd'hui pour changer cette prothèse, ou traiter l'autre genou, sont parfois surprises par l'intensité du programme physique. Elles regrettent un peu les massages et le fango », ajoute Sébastien Tabarelli en souriant. « Le patient est l'acteur principal de sa rééducation, on ne peut pas réaliser les exercices à sa place ou contre sa volonté. Mais pour qu'il adhère pleinement à sa rééducation, il est primordial qu'il comprenne le fonctionnement de la RMS, les buts recherchés, comment y parvenir, ainsi que les conséquences potentielles s'il ne suit pas le traitement recommandé. »

Après la pose d'une prothèse de hanche, Georgine Verdon a effectué sa réadaptation à l'HFR Meyriez-Murten et son objectif a été atteint. Son témoignage est visible ici :