



L'INTERVENTION DE L'ERGOTHERAPIE MALADIES RHUMATISMALES

QU'EST-CE QUE L'ERGOTHERAPIE?

La vie est composée d'activités ou d'occupations quotidiennes significatives, comme se promener, faire du sport, faire de la peinture, préparer un repas, prendre soin de soi et des autres, travailler, sortir avec les amis, prendre soin de son domicile, etc. Les occupations donnent un sens à la vie et fondent notre identité.

Lorsque qu'une maladie, un handicap, une blessure ou des circonstances sociales ou environnementales, nous empêchent de réaliser des occupations quotidiennes, l'ergothérapeute peut aider à trouver des solutions afin de favoriser la reprise autonome des activités, améliorer la qualité de vie et prévenir la survenue d'autres troubles.

« L'ergothérapie est l'art et la science de faciliter la participation à la vie quotidienne, à travers l'occupation ; l'habilitation des gens à effectuer les occupations qui favorisent la santé et le bien-être ; la promotion d'une société juste et n'excluant personne afin que tous puissent participer de leur plein potentiel aux activités quotidiennes de la vie ».

Townsend & Polatajko, 2007

LES MALADIES RHUMATISMALES

Les maladies rhumatismales englobent diverses affections touchant l'appareil locomoteur (*arthrose, arthrite, polyarthrite rhumatoïde, etc.*). Elles peuvent apparaître, entre autres, suite au vieillissement, à un traumatisme, à une dérégulation du système immunitaire, à une infection ; dans certaines pathologies les causes exactes restent mésestimées et dans d'autres une question d'hérédité se pose. Ces maladies peuvent se manifester de la douleur, de la fatigue, des raideurs articulaires, un gonflement, de la chaleur et une diminution de la force musculaire au niveau d'une ou de plusieurs articulations. Elles peuvent donc altérer significativement le fonctionnement et la qualité de vie des patients, de leurs aidants et de leurs proches, ce qui en fait une cause importante d'invalidité dans le monde entier. Ce sont des maladies qui sont généralement chroniques et progressives et ne peuvent pas être guéries, mais peuvent être gérées par un traitement médicamenteux et/ou une prise en charge interdisciplinaire, incluant celle en ergothérapie.

IMPACTS SUR LA VIE QUOTIDIENNE

Quels que soient les difficultés entravées par une maladie rhumatoïde, la personne confronte plusieurs défis dans la réalisation des activités de la vie quotidienne, par exemple :

Limitations dans la majorité des activités de la vie quotidienne (habillage, bain, cuisine, déplacements, hygiène personnelle, etc.);

Diminution de l'intérêt pour les activités de loisir;

Apparition d'œdèmes et de douleurs accrues qui altèrent le maintien d'une bonne endurance de travail;

Diminution de la capacité fonctionnelle de la personne (exécution des mouvements au niveau des membres supérieurs ou inférieurs);

Modification des rôles sociaux et apparition des troubles de l'humeur;

Altération de la vie professionnelle de la personne, pouvant mener à une diminution de son revenu.

RÔLE DE L'ERGOTHÉRAPEUTE

L'ergothérapeute intervient auprès de la personne ayant une maladie rhumatismale en institution ou à domicile tout en prenant en considération son entourage et son profil occupationnel. Il/elle aide la personne à prévenir un déclin fonctionnel important, à prendre soin d'elle-même et à poursuivre ses activités.

À ces fins, il/elle peut :

-  Favoriser une meilleure compréhension de la maladie et des principes à mettre en place pour mieux vivre avec ses manifestations;
-  Maintenir une bonne performance dans les activités significatives malgré les impacts de la maladie;
-  Recommander des aides techniques variées et des adaptations pour faciliter la réalisation des activités quotidiennes;
-  Améliorer/maintenir les amplitudes articulaires et la force musculaire lors de la réalisation d'activités.
-  Prévenir l'apparition et la progression des déformations articulaires.

TÉMOIGNAGE



Chadia, âgée de 51 ans, travaille comme préposée à l'entretien ménager dans une entreprise de couture. Depuis plusieurs mois, la présence d'une maladie rhumatismale a été confirmée et elle a été orientée vers une prise en charge en ergothérapie. Chadia se plaint des douleurs au niveau des deux mains, qui apparaissent surtout le soir. De même, elle se trouve incapable d'étendre complètement ses doigts et elle a commencé à avoir des difficultés à faire certaines tâches en lien avec la préparation du repas. Durant l'entrevue avec l'ergothérapeute, Chadia explique qu'en addition aux douleurs et raideurs ressenties, elle se sent très fatiguée durant la journée, ce qui la rend incapable de terminer les tâches qu'elle a à réaliser.

Lors de la prise en charge, l'ergothérapeute a travaillé avec Chadia pour l'aider à :

- Lutter contre les déformations qui ont commencé à apparaître;
- Mettre en place des exercices qu'elle pourra faire seule pour maintenir un bon niveau d'activité physique;
- Maintenir son rendement dans les différents secteurs de sa vie;
- Organiser son horaire occupationnel durant la journée pour favoriser la répartition de ses activités en fonction de ses douleurs et de son niveau de fatigue;
- Assurer sa capacité à réaliser l'ensemble des activités qu'elle a à réaliser.

