



PHYSIOTHÉRAPIE

THÉRAPIE INDIVIDUELLE

Vos thérapeutes :
Justine Allouchery
Anaïs Bolinard
Sylvie Durand
Patricia Maia Da Castro
Jean-Édouard Nivot
Jeanne Pedat

La physiothérapie est une discipline médicale qui utilise des techniques manuelles, des exercices physiques et des appareils pour **prévenir, traiter et réhabiliter des blessures, des douleurs ou des troubles fonctionnels**. Elle aide à améliorer la mobilité, renforcer les muscles, soulager la douleur et favoriser la guérison, tout en permettant aux personnes de retrouver leur indépendance et leur qualité de vie.

Les bienfaits

Dans le cadre du cancer, la physiothérapie joue un rôle essentiel en atténuant les effets secondaires des traitements oncologiques. Après une opération, elle permet d'**assouplir les cicatrices**, de **drainer les membres** en cas de gonflement et de **réduire les articulations périphériques**. Pendant ou après la chimiothérapie, elle aide à combattre la fatigue chronique grâce à un réentraînement à l'effort. Après la radiothérapie, elle soulage les raideurs des zones irradiées, contribuant ainsi au bien-être et à la récupération globale.

Les techniques

- **Thérapie manuelle** : Massage spécifique de physiothérapie, travail sur la cicatrice, étirements et mobilisations articulaires
- **Exercices physiques** : Mobilité active, renforcement musculaire, travail cardio-vasculaire, endurance, ainsi que développement de la proprioception et de la coordination



- Bon de physiothérapie prescrit par le médecin oncologue
- Durée : 45 min
- Adapté aux enfants, ados et adultes : oui
- Pris en charge par LAMAL à 90%, dès 9 séances