

L'ERGOTHÉRAPIE ET LES ACCIDENTS VASCULAIRES CÉRÉBRAUX (AVC)

M. Bilodeau, 47 ans, a eu un AVC. Paralysé du côté droit, il ne peut plus utiliser sa main droite ni marcher sans aide. De plus, il éprouve des difficultés à parler. Il est actuellement en centre de réadaptation, où il est suivi par une équipe de professionnels.

Qu'est-ce qu'un AVC ?

Un AVC est une perte soudaine de la fonction cérébrale. Il est provoqué soit par l'interruption de la circulation sanguine, soit par la rupture de vaisseaux sanguins à l'intérieur du cerveau, qui provoque la mort des cellules cérébrales de la région affectée. Comme le cerveau est le centre de commande de la parole, des mouvements, de la pensée et du contrôle des émotions, un AVC peut avoir de multiples conséquences selon la zone cérébrale atteinte.

Quelles sont les séquelles d'un AVC ?

La gravité des séquelles dépend de l'endroit où le cerveau est endommagé ainsi que de l'étendue des dommages. Les AVC diffèrent d'une personne à l'autre tant par la gravité des séquelles que par la capacité de récupération.

Le cerveau est divisé en deux parties : l'hémisphère droit et l'hémisphère gauche. Si l'AVC se produit dans l'hémisphère gauche, comme c'est le cas de M. Bilodeau, il peut en résulter une faiblesse ou une paralysie du côté droit du corps, un comportement plus lent, de la difficulté à lire, à parler, à penser, à calculer, à acquérir de nouvelles connaissances ou à retenir de nouvelles informations. La personne a souvent besoin de directives pour terminer ses tâches.

Si l'AVC se produit dans l'hémisphère droit, il peut en résulter une faiblesse ou une paralysie du côté gauche du corps ainsi que des problèmes de vision et de mémoire à court terme. Fréquemment, la personne ne remarquera pas ou oubliera les objets et les gens qui se trouvent à sa gauche : c'est ce que nous appelons souffrir de « négligence visuelle ». Enfin, on pourra noter des problèmes de jugement : par exemple, la personne agit de façon impulsive ou ne reconnaît pas ses limites.



L'apport de l'ergothérapeute à la réadaptation de la personne ayant subi un AVC

L'ergothérapeute est un membre important de l'équipe de réadaptation. Compte tenu des fonctions atteintes lors de l'AVC, la personne pourrait éprouver des difficultés à réaliser la majorité de ses activités : habillage, alimentation, hygiène personnelle, entretien de la maison, loisirs, travail, etc. — domaines d'action privilégiés de l'ergothérapeute.

L'ergothérapeute commence son suivi en évaluant les limitations de la personne, ses habiletés, ses intérêts et son niveau d'autonomie dans la réalisation de ses activités quotidiennes. Au début de la réadaptation, il vise la récupération maximale des fonctions atteintes et enseigne à la personne comment exploiter ses capacités pour réaliser ses activités quotidiennes. Il aide donc la personne à réapprendre à accomplir seule l'ensemble de ses activités et lui enseigne des techniques qui lui seront utiles dans sa vie de tous les jours. À titre d'exemple, il enseignera à une personne droitrière gravement paralysée du côté droit comment changer sa dominance manuelle et utiliser sa main gauche pour écrire, manger, se coiffer, etc.

Selon la gravité de l'atteinte motrice, la personne pourrait devoir se déplacer en fauteuil roulant. Dans ce cas, l'ergothérapeute détermine les caractéristiques requises du fauteuil et apprend à la personne comment l'utiliser et comment se déplacer, par exemple, de son fauteuil à son lit, de son fauteuil à sa toilette ou de son

fauteuil à un autre fauteuil. Au besoin, l'attribution d'aides techniques permet de faciliter l'exécution de certaines activités telles l'habillage, l'hygiène personnelle, la préparation des repas, les loisirs, etc.

Le retour à la maison requiert souvent certains aménagements pour faciliter l'autonomie et la sécurité de la personne. Après une évaluation du domicile, l'ergothérapeute recommande les modifications requises. Ce peut être l'installation de barres d'appui près de la toilette ou de la baignoire, la surélévation du siège de la toilette, l'installation de robinets pouvant être ouverts et fermés avec les poignets. Si la personne se déplace en fauteuil roulant, pour faciliter ses déplacements dans la maison, l'ergothérapeute peut recommander d'enlever les pas de portes, les seuils et les moulures, d'élargir l'ouverture des portes et d'aménager au besoin une rampe extérieure pour faciliter l'accès au domicile.

Reprenre le volant est une priorité pour beaucoup de gens après un AVC. Le temps nécessaire pour conduire de nouveau son véhicule de façon sécuritaire varie d'une personne à l'autre. Dans certains cas, les capacités peuvent être affectées de manière permanente, ce qui rend impossible la reprise de la conduite automobile. L'ergothérapeute doit alors suggérer des modes de transports alternatifs. Certains ergothérapeutes ont suivi une formation particulière en évaluation de la conduite automobile. Ils peuvent évaluer adéquatement le degré d'autonomie d'une personne et proposer des moyens qui lui permettraient de conduire un véhicule en toute sécurité. Pour ce faire, il pourrait être nécessaire par exemple d'adapter le véhicule ou d'entraîner la personne à l'utiliser de manière autonome et sécuritaire.

L'ergothérapeute évalue aussi les possibilités de retour au travail de la personne et, le cas échéant, prépare son retour. Ce peut être par la simulation des tâches de travail, où l'ergothérapeute augmente graduellement la difficulté des tâches à réaliser et améliore l'endurance de la personne avant qu'elle réintègre son emploi. Ce peut être aussi en adaptant le poste de travail de la personne pour qu'elle puisse réaliser son travail en toute autonomie.

L'ergothérapeute peut aussi aider la personne à trouver des ressources dans son quartier : piscine, groupe de loisirs, transport adapté, bibliothèque, etc. De la sorte, la personne peut s'adonner à des activités de loisir correspondant à ses habiletés et à ses intérêts. L'ergothérapeute aide également la famille à comprendre les difficultés de la personne au quotidien et à l'accompagner dans sa réadaptation. L'ergothérapeute fait donc en sorte que la personne puisse reprendre ses activités quotidiennes de la manière

la plus satisfaisante possible, en dépit des limitations qui pourraient persister.

La prévention d'un AVC est-elle possible ?

Bien sûr, certaines habitudes, comme s'alimenter sainement, faire de l'exercice, boire modérément et ne pas fumer, sont favorables à la santé. Même si une bonne hygiène de vie ne préserve personne d'un AVC, elle aide à mieux récupérer d'un tel accident.

Par ailleurs, une intervention rapide auprès de la personne qui subit un AVC est cruciale pour minimiser les risques de séquelles importantes. Il est donc utile de connaître les signes avant-coureurs d'un AVC.

Cinq signes avant-coureurs d'un AVC (tirés du site Web de la Fondation des maladies du cœur : www.fmcoeur.com)

- **Faiblesse** : perte de force ou engourdissement soudain au visage, à un bras ou à une jambe, même temporaire.
- **Trouble de la parole** : difficulté soudaine d'élocution, confusion soudaine.
- **Trouble de la vision** : problème de vision soudain, même temporaire.
- **Mal de tête** : mal de tête soudain, intense et inhabituel.
- **Étourdissement** : perte d'équilibre, surtout si elle s'accompagne d'un des autres signes.

Si vous ou l'un des vôtres présentez ces symptômes, composez immédiatement le 911 ou votre numéro local des services d'urgence.

Pour en savoir plus sur l'AVC, consultez le site Web de la Fondation des maladies du cœur¹.

Pour connaître plus en détail les interventions en ergothérapie offertes à la personne ayant subi un AVC, consultez le site INFO AVC².

1. <http://www.kintera.org/site/c.njXJ8MMIqE/b.3562135/>

2. <http://www.medicine.mcgill.ca/Strokingengine/index-fr.html>