



Equipe pluridisciplinaire

Une équipe pluridisciplinaire est présente pour vous informer et vous accompagner.

Physiothérapeutes :

- > Dr Françoise LORQUET
- > Dr Katharina DULIEU
- > Dr Vincent PRIST

Psychologue :

- > Sophie NEVELSTEEN

Kinésithérapeutes :

- > Catherine GAUTHIER
- > Emmanuelle COIBION

Ergothérapeutes et ergonomes :

- > Ingrid DENIS
- > Aline DEJONGE



Contacts / Horaires

Contact - Rendez-vous

- > Secrétariat médical : 061/622 550
- > Service de kinésithérapie : 061/622 558
- > Ergospirométrie : 061/622 881

Horaires

- Lundi : 8 h 00 – 12 h 00
13 h 00 – 16 h 30
- Mardi : 8 h 00 – 12 h 00
- Mercredi : 8 h 00 – 12 h 00
13 h 00 – 16 h 30
- Jeudi : 8 h 00 – 12 h 00
- Vendredi : 8 h 00 – 12 h 00

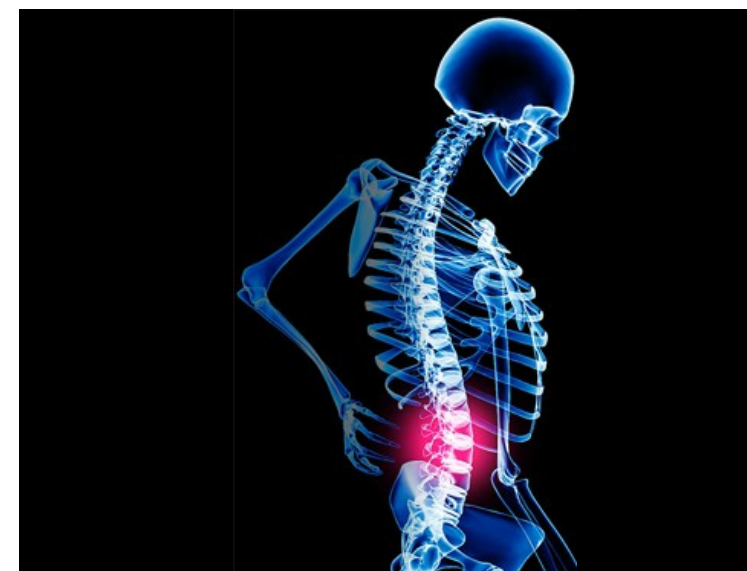
Adresse

Service de kinésithérapie
Centre Hospitalier de l'Ardenne
Avenue de Houffalize 35
6800 LIBRAMONT



Réadaptation Fonctionnelle du Rachis

R.F.R.



Service de kinésithérapie
Centre Hospitalier de l'Ardenne
Avenue de Houffalize 35
6800 LIBRAMONT

Qu'est-ce que la RFR ?

- > Une équipe pluridisciplinaire vous propose un programme adapté et complet, afin d'améliorer votre condition physique générale, la force des muscles de votre rachis et si possible, de diminuer vos douleurs.



Pour qui ?

- > Toute personne souffrant de lombalgies chroniques (+ de 3 mois)
- > Préparation à une opération
- > Rééducation post-opératoire après période de cicatrisation

Le programme

1) La consultation médicale

Une première consultation chez le médecin physiothérapeute évaluera la capacité du patient à intégrer le programme RFR.

2) Bilan initial et de suivi

Des évaluations seront réalisées en début de prise en charge, à mi-parcours et en fin de traitement.

- > Ergospirométrie
- > Evaluation isométrique de l'activité musculaire du rachis
- > Evaluation de l'impact de la lombalgie sur la qualité de vie
- > Evaluation de la kinésiophobie et de la capacité fonctionnelle

3) La rééducation

- > Endurance aérobie
 - ergocycle
 - tapis roulant
- > Renforcement musculaire spécifique
- > Etirements
- > Exercices fonctionnels
- > Hydrothérapie (gym de groupe)
- > Ergothérapie et ergonomie
 - conseils et adaptation du poste de travail et du domicile
 - apprendre à économiser son dos dans les activités quotidiennes



Durée et avantages du programme

- > 36 séances maximum à raison de 2x/semaine maximum
- > Durée totale de 6 mois maximum
- > Programme accordé une seule fois par votre mutualité, pour une même situation clinique
- > Participation possible par le Fonds des Maladies Professionnelles