



Pour soulager les douleurs chroniques votre physiothérapeute vous aidera.

ÉRIC GUY PHYSIOTHERAPEUTE EST :

Perfectionné en :

- thérapie manuelle niveau 5,
- à l'épaule,
- à la mâchoire,
- manipulation vertébrale,
- approche ostéopathique crânienne,
- rééducation vestibulaire (vertige) et
- utilisation de l'aiguille sous le derme (UASD)

## Programme de gestion des activités progressives (PGAP)



par Éric Guy physiothérapeute

La plupart des experts médicaux croient que rester actif est la meilleure façon de prévenir l'incapacité excessive due à la douleur. Reprendre ses activités le plus rapidement possible est le facteur le plus important pour une réadaptation réussie. L'inactivité et le repos sont les deux facteurs qui semblent contribuer le plus à l'échec de la réadaptation.

Ce programme de gestion des activités progressives (PGAP) s'adresse aux clients qui souffrent de douleurs persistantes et pour qui les symptômes de douleur et les facteurs psychosociaux sont des barrières importantes pour le progrès en réadaptation. C'est un programme d'intervention de 10 semaines à raison d'une séance par semaine qui a été conçu pour faciliter la réadaptation chez les

individus souffrant de divers états de santé associés à la douleur persistante.

PGAP a engendré des résultats positifs pour des individus qui souffrent de lombalgie, d'entorse cervicale, de fibromyalgie, d'ostéo-arthrite et d'arthrite rhumatoïde. Il peut être un moyen efficace d'améliorer le niveau de fonctionnement et de faciliter le retour au travail des individus à risque de développer une incapacité prolongée en raison de la douleur persistante.

Pour plus d'informations contactez-nous à la Clinique Physio-Plus, Éric Guy physiothérapeute.