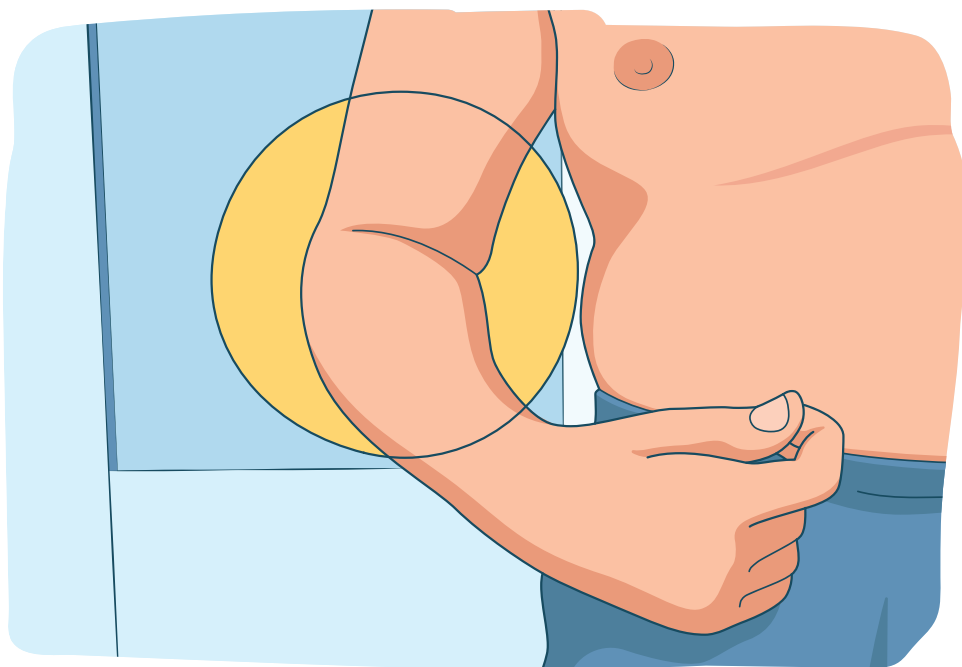


**VOUS AVEZ EU UN AVC\***  
**ET VOUS SOUFFREZ**  
**MAINTENANT DE RAIDEURS,**  
**DE TENSIONS OU DE**  
**CRAMPES MUSCULAIRES ?**



**JETEZ UN ŒIL AUX IMAGES  
POUR REPÉRER SI UN OU PLUSIEURS  
DE CES SIGNES OU SYMPTÔMES  
SONT SIMILAIRES AUX VÔTRES:**

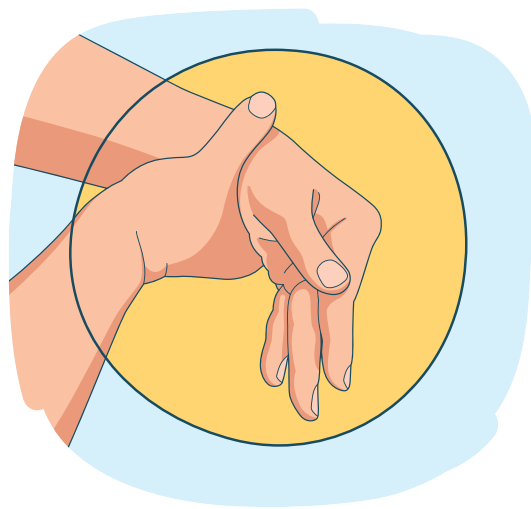
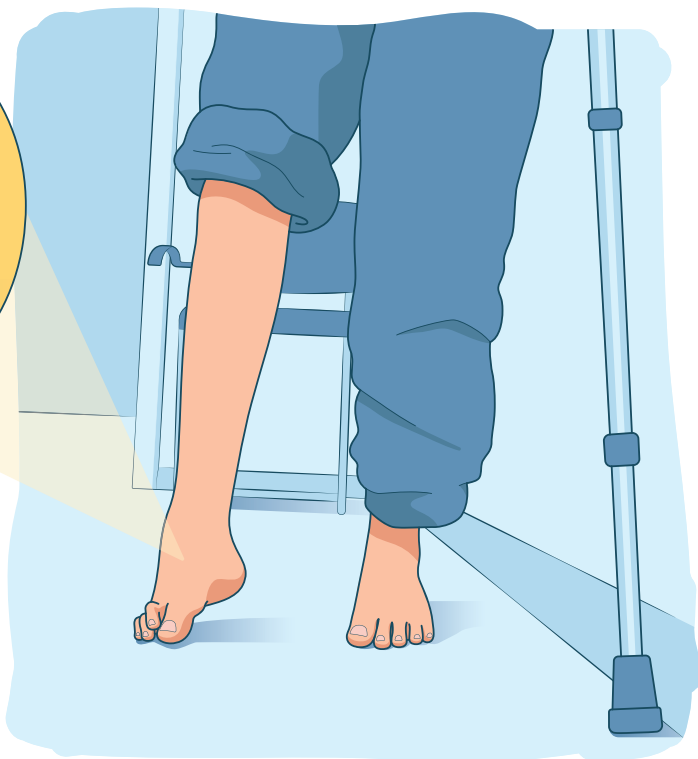


UNE RAIDEUR DU COUDE QUI EMPÊCHE D'ÉTENDRE LE BRAS NORMALEMENT

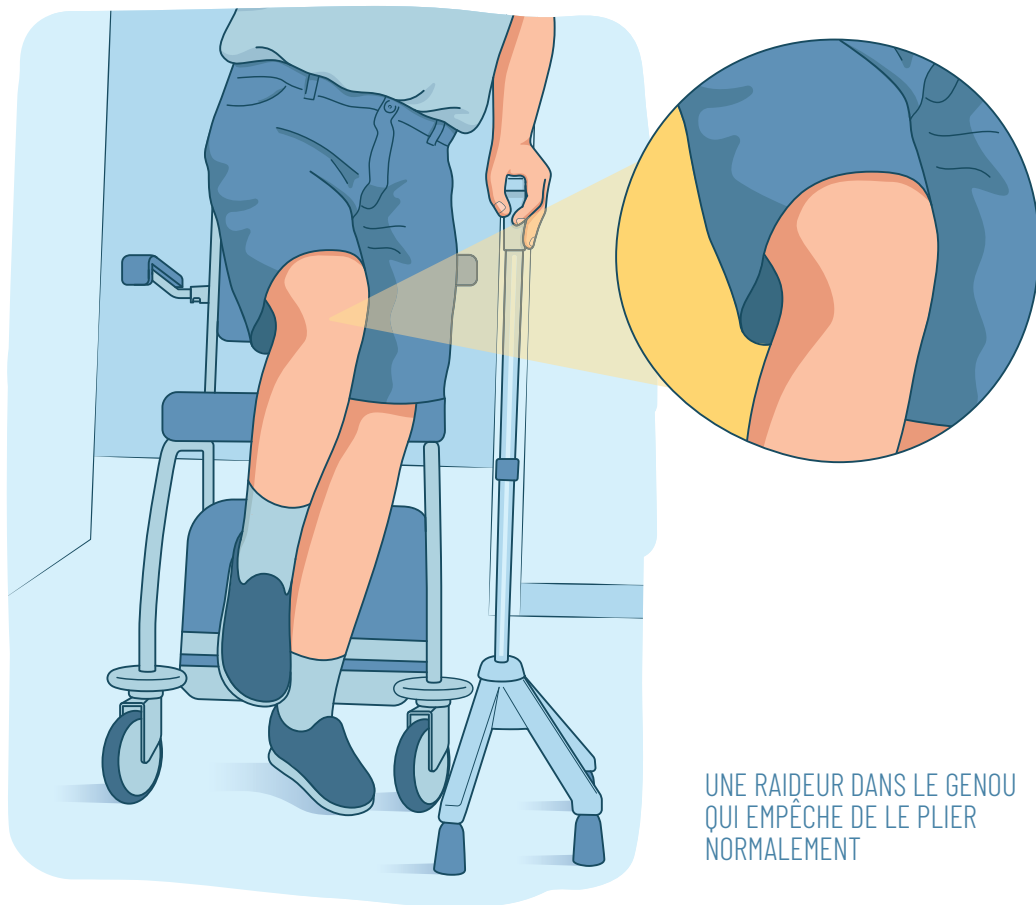


UNE RAIDEUR DE LA CHEVILLE  
QUI REND PÉNIBLE LA MARCHÉ  
OU LA STATION DEBOUT

DES ORTEILS RECROQUEVILLÉS  
QUI RENDENT LE PORT DE  
CHAUSSURES DOULOUREUX



UNE RAIDEUR QUI EMPÊCHE DE  
SERRER LE POING NORMALEMENT



UNE RAIDEUR DANS LE GENOU  
QUI EMPÊCHE DE LE PLIER  
NORMALEMENT

Ces problèmes peuvent apparaître quelques semaines, voire plusieurs mois après un AVC.<sup>1,5,7,8</sup> Dans certains cas, ils peuvent apparaître des années après.<sup>1,8</sup> Gardez ce dépliant pour vous aider à les repérer car il est important de reconnaître ces problèmes dès les premiers signes.<sup>7</sup>

Si ces symptômes sont gênants pour vous ou pour la personne dont vous vous occupez, parlez-en à votre médecin, kinésithérapeute, ergothérapeute ou infirmière.



Après un AVC\*, vous pouvez ressentir des douleurs, des tensions ou des crampes dans certains muscles.<sup>1-3</sup> Vous pouvez également souffrir de raideurs dans vos bras, vos jambes, votre cou et/ou votre torse.<sup>1-3</sup>



Ces problèmes peuvent vous gêner dans vos déplacements ou ralentir vos mouvements.<sup>1,4,5</sup> Ceux-ci peuvent également vous gêner dans la réalisation de certaines tâches, comme vous laver et vous habiller, ou rendre plus difficile la dispense de soins par la personne qui s'occupe de vous.<sup>1,4,6</sup>



Si vous ou la personne dont vous vous occupez présentez un ou plusieurs de ces symptômes, parlez-en à votre médecin, kinésithérapeute, ergothérapeute ou infirmière. Ils pourront éventuellement vous proposer un traitement.<sup>1,2</sup>



*Est-ce que vous ou une personne dont vous vous occupez souffrez d'un de ces problèmes ? Ce dépliant peut vous aider à identifier ce qui doit vous alerter...*

# SPOT<sup>\*\*</sup> the SIGNS

*Moving Beyond Stroke*

## Références:

1. American Stroke Association (Association américaine de l'AVC) Spasticité après un AVC. Disponible sur : <https://www.stroke.org/we-can-help/survivors/stroke-recovery/post-stroke-conditions/physical/spasticity/> [Consulté en février 2020]
2. Association américaine de l'AVC. Qu'est-ce que la spasticité ? Disponible sur : <https://www.stroke.org/en/about-stroke/effects-of-stroke/physical-effects-of-stroke/physical-impact/spasticity> [Consulté en février 2020]
3. Healthline. Quelles sont les causes de la spasticité musculaire ? Disponible sur : <https://www.healthline.com/health/spasticity> [Consulté en février 2020]
4. WebMD. Spasticité des membres supérieurs. Disponible sur : <https://www.webmd.com/brain/upper-limb-spasticity#1> [Consulté en février 2020]
5. Wissel J, Schelosky LD, Scott J et coll. Développement précoce de la spasticité après un AVC : un essai d'observation prospectif. *J Neurol* 2010 ; 257 : 1067-1072
6. Ganapathy V, Graham GD, DiBonaventura MD, et coll. Fardeau du soignant, perte de productivité et coûts indirects associés à la prise en charge de patients souffrant de spasticité post-AVC. *Clin Interv Aging* 2015 ; 10 : 1793-1802
7. Lundström E, Smits A, Terént A, et coll. Évolution temporelle et déterminants de la spasticité au cours des six premiers mois après un premier AVC. *J Rehabil Med* 2010 ; 42 : 296-301
8. Wissel J, Manack A, Brainin M. Vers une épidémiologie de la spasticité post-AVC. *Neurologie* 2013 ; 80 : S13

FR-NON-2050614 - Octobre 2020

\* Accident Vasculaire Cérébral

\*\* Repérer les signes. Aller au-delà de l'accident vasculaire cérébral



Avec le soutien de

