

Les programmes de type RFR® : les nouvelles orientations thérapeutiques et leurs efficacités.

Crombecque Steven ^a (steven_crombecque@ens.univ-artois.fr) , Toulotte Claire ^a MCU HDR (claire.toulotte@univ-artois.fr) , Martin Yves ^b (Yves.MARTIN@centre-espoir.com) , Delahaye Hervé ^b (Herve.DELAHAYE@centre-espoir.com) , Caby Isabelle ^a MCU (isabelle.caby@univ-artois.fr)

^a Univ. Artois, ULR 7369, Unité de Recherche Pluridisciplinaire Sport Santé Société (URePSSS), Chemin du Marquage , 62800, Liévin, France

^b Centre de Rééducation et de Réadaptation Fonctionnelle (CRRF) « L'Espoir », 59260, Hellemmes, France

Introduction et contextualisation

La lombalgie, considérée comme le mal du siècle, préoccupe à la fois le monde médical et politique quant à ses causes, sa prévention et aux moyens thérapeutiques d'y remédier.

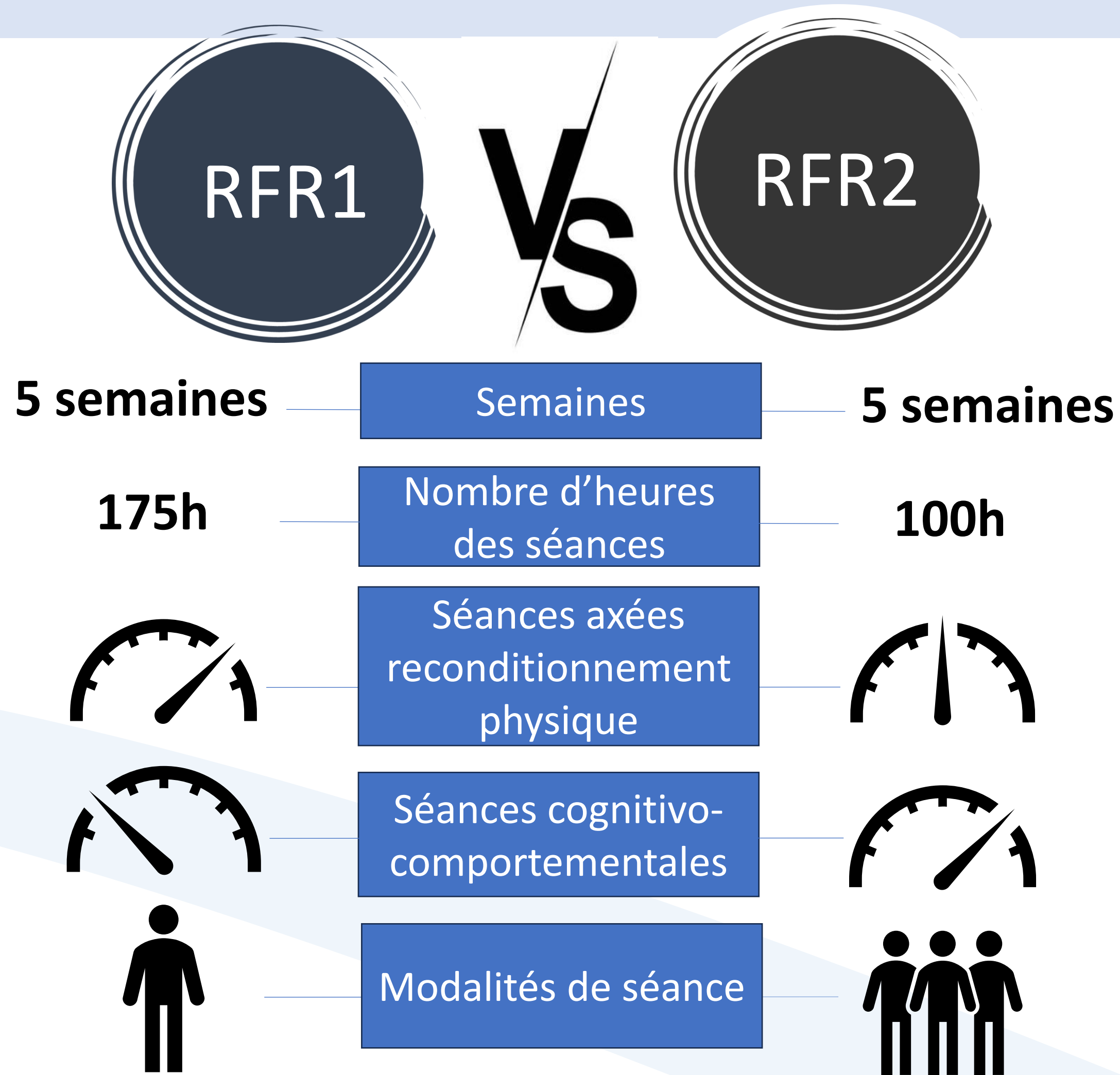


Les centres de rééducations, depuis plus de 30 ans, proposent des programmes dynamiques, intensifs et pluridisciplinaires en vue de traiter les lombalgies chroniques. Le Centre de Rééducation et de Réadaptation Fonctionnelle (CRRF) l'Espoir de Lille-Hellemmes s'inscrit pleinement dans cette démarche avec le programme RFR® (Restauration Fonctionnelle du Rachis).

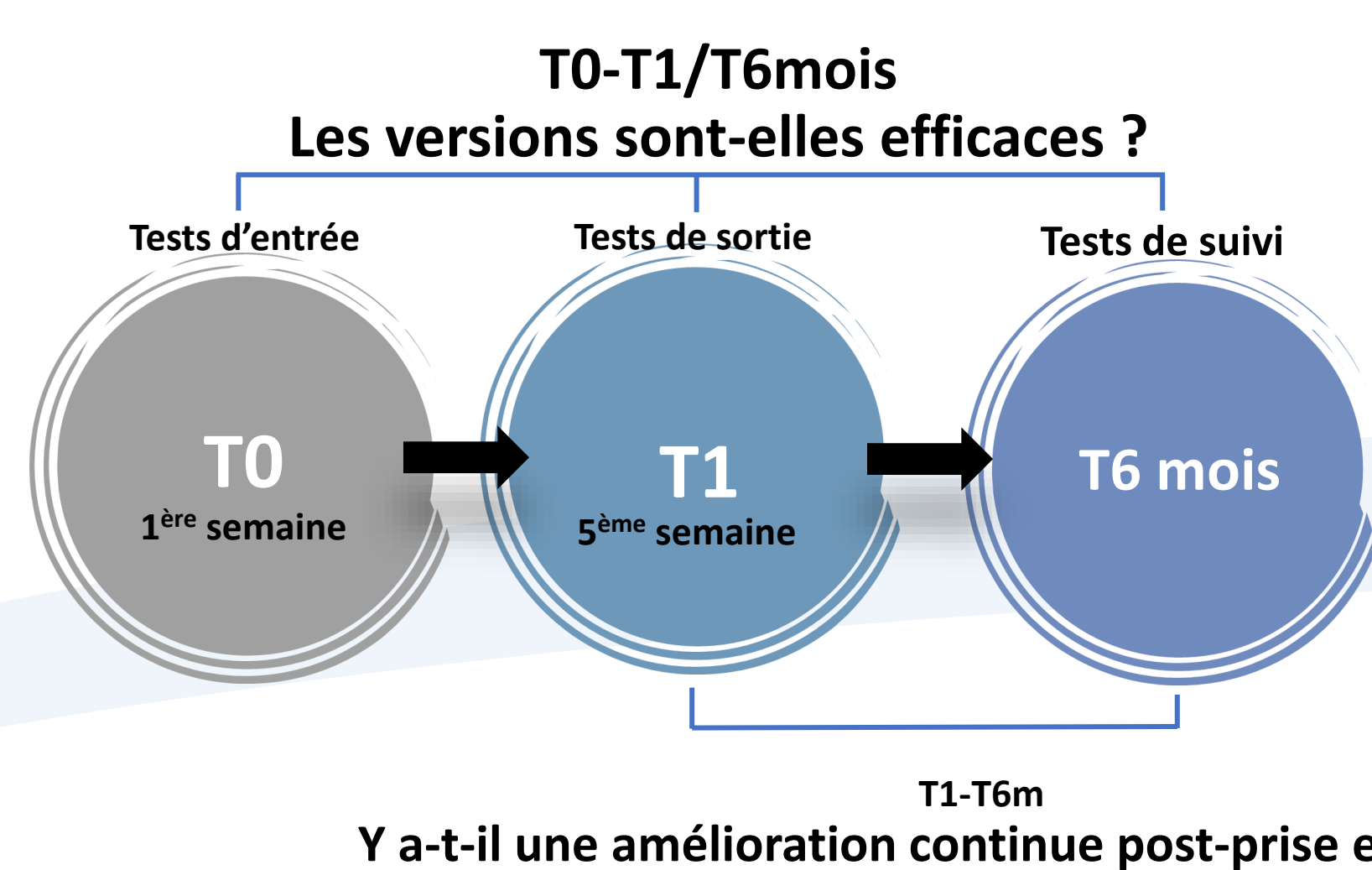
Depuis la première mise en place, le programme (RFR1) a évolué sur le fond et la forme pour d'une part répondre à la forte affluence des patients et d'autres parts pour répondre aux nouvelles recommandations et ceci tout en étant encore plus efficace.

Méthodologie

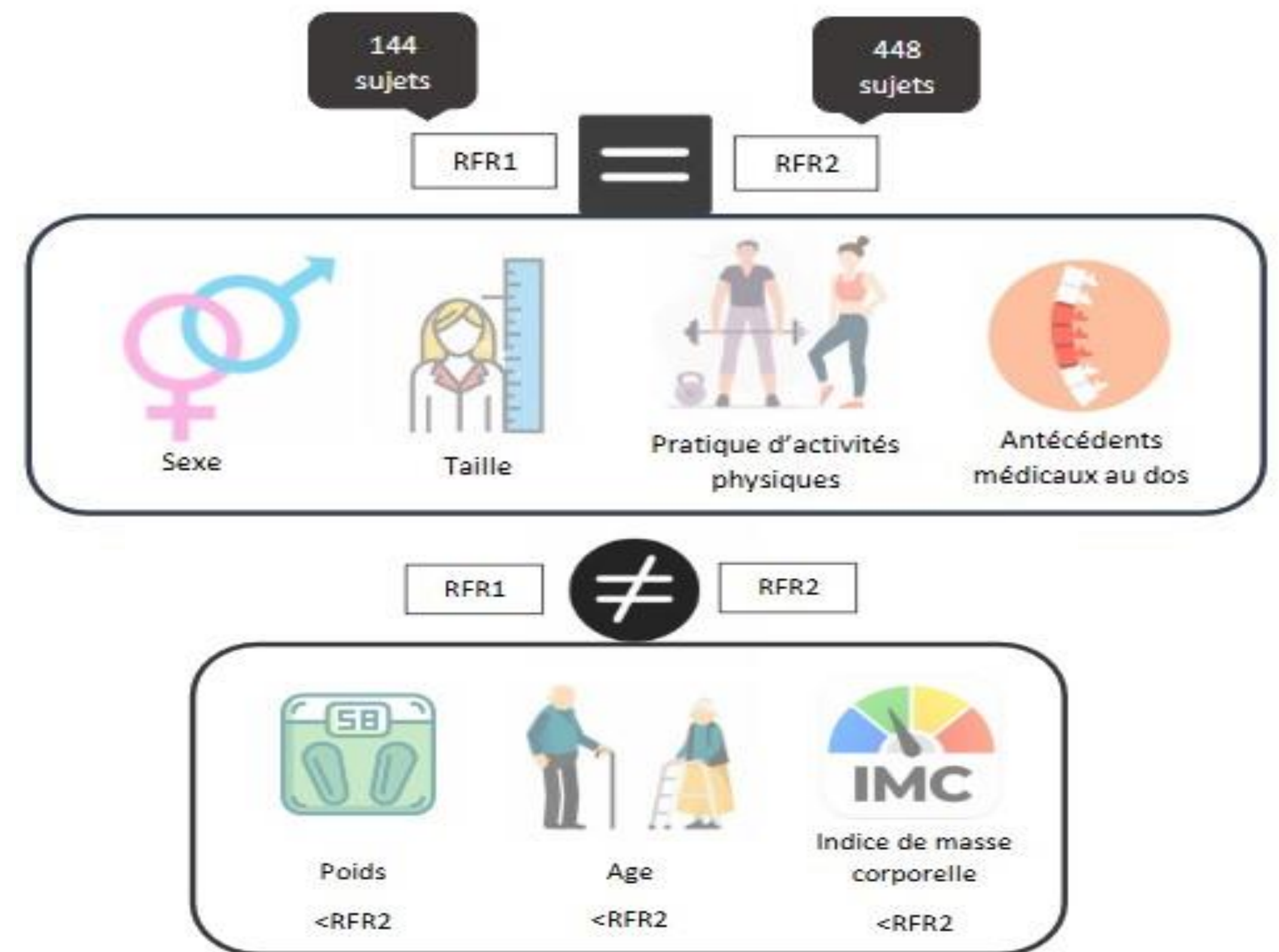
Dans cette étude, nous nous sommes intéressés à comparer les deux versions du programme RFR®.



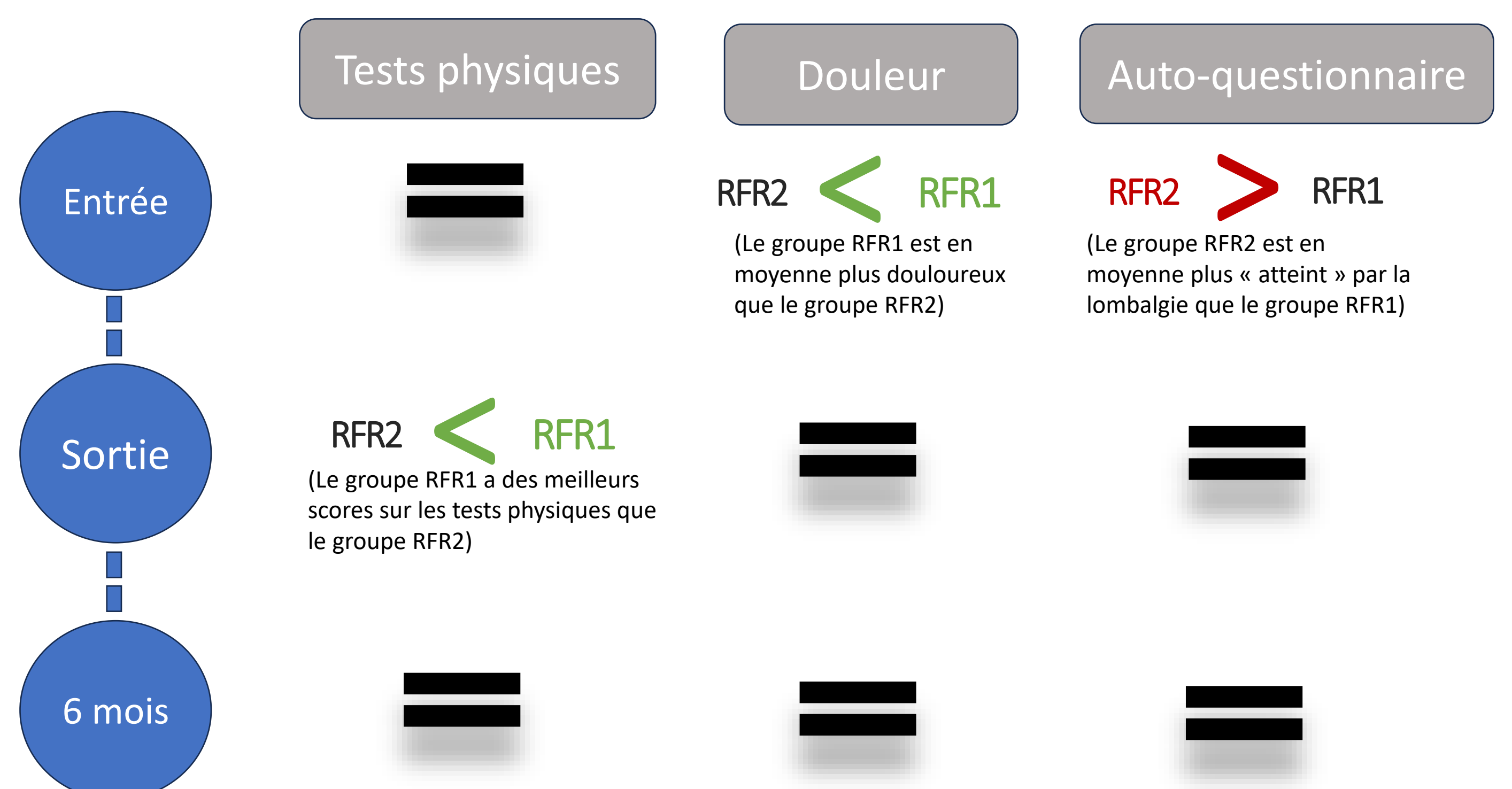
Les tests comprennent une évaluation sur l'**endurance musculaire isométrique** (Ito-Shirado, Killy etc.), la **mobilité lombo-pelvienne et des membres inférieurs** (Distance doigts-sol, inclinométrie etc.) puis une **évaluation de la qualité de vie par auto-questionnaire (Dallas)**.



Résultats et discussions



Avant toute comparaison entre les deux versions, ces dernières sont belles et bien efficaces pour traiter la lombalgie. La RFR2 présente des résultats très satisfaisants sur le vécu de la lombalgie et sur les paramètres physiques. La RFR1, quant à elle, a été étudiée par Caby et al. en 2011.



Suite à la réalisation du programme :

- Meilleure efficacité de la RFR1 sur le plan physique.
- Vécu douloureux semblable pour les deux versions.
- Perte des capacités physiques après séjour pour les 2 versions.
- Efficacité de l'ajout des nouvelles séances/méthodes dans la RFR2.
- Réduction significative du temps d'attente avant l'entrée dans le programme (passant de 150 à 90 jours) grâce aux séances collectives.

Conclusion

Les nouvelles méthodes de prises en soin instaurées dans la nouvelle version du programme auront permis d'apporter de nombreux avantages pour les patients et pour le CRRF. Il semble alors pertinent de continuer vers un accompagnement pluridisciplinaire et diversifié tout en alliant réadaptation, bien-être et plaisir de pratiquer des activités physiques.