



*En hommage au D<sup>r</sup> Marc Maury, ancien médecin chef du CRM de Fontainebleau  
et ancien vice-président de l'APF, pour son œuvre sur la paraplégie et son action  
au service du rapprochement associations / médecine physique et de réadaptation ;*

*En souvenir du P<sup>r</sup> Olivier Dizien, décédé le 1<sup>er</sup> juillet 2007*

# SOMMAIRE

# Approche médicale de la situation de handicap

## GÉNÉRALITÉS SUR LA BLESSURE MÉDULLAIRE

**Rappels sur le système nerveux** – p9

**Qu'est-ce que la moelle épinière ?** – p9

**Quels rôles joue la moelle épinière ?** – p10

**Quel est le mécanisme de la lésion médullaire ?** – p10

**Quelles sont les conséquences d'une lésion de la moelle épinière ?** – p11

**Qu'est-ce que le choc spinal ?** – p11

**Comment une lésion de la moelle est-elle prise en charge ?** – p11

*Conséquences d'une lésion médullaire dans la vie quotidienne*

## 1 LES TROUBLES URINAIRES

**La vessie : comment ça marche ?** – p16

**Que se passe-t-il après une lésion médullaire ?** – p17

- Une sonde à demeure les premiers temps...
- Une prise en charge à la carte après le bilan du fonctionnement urinaire

*Brindley & Bricker*

- La vessie hyperactive
- La vessie flasque

*Les règles d'or d'une bonne prise en charge*

**Les complications urologiques** – p20

*Fiches techniques*

## 2 LES TROUBLES INTESTINAUX

**Le transit intestinal : comment ça marche ?** – p24

**Quelles conséquences en cas de lésion médullaire ?** – p24

**Quelques complications possibles** – p25

**Traitements** – p26

*Les deux types d'intestin*

**Quelles règles d'hygiène diététique ?** – p28

**Autres traitements** – p29

*Fiches techniques*

## 3 LES TROUBLES SEXUELS

**Des sensations modifiées, une sexualité à réinventer** – p32

**Côté femmes** – p33

- Sensations, lubrification et orgasme
- Quid de la procréation ?

**Côté hommes** – p35

- L'érection
- Les aides à l'érection
- L'éjaculation et l'orgasme
- Les aides à l'éjaculation
- Quid de la procréation ?

## 4 LES TROUBLES CUTANÉS

**Pourquoi un blessé médullaire**

**a-t-il la peau fragile ?** – p42

- Qu'est-ce que la peau et à quoi sert-elle ?
- Qu'advient-il chez le blessé médullaire ?

**L'escarre** – p42

- Qu'est-ce qu'une escarre ?

*Les quatre stades de l'escarre*

- Quels sont les facteurs de risque ?
- Où, quand et comment apparaît-elle ?

*Les principaux facteurs de risque*

- Les zones à risque
- Comment la prévenir ?
- Comment la traiter ?

*Six points à retenir*

- Brûlures, engelures et ongles incarnés

*Les situations à risque*

## 5 LES TROUBLES RESPIRATOIRES

**Respirer, tousser : comment ça marche ?** – p50

**Conséquences des lésions médullaires et complications respiratoires** – p50

**Prévention et traitements** – p51

*Trucs et astuces : la toux assistée*

*L'apnée du sommeil*

## 6 LES TROUBLES NEUROVÉGÉTATIFS

**Les troubles cardiovasculaires** – p56

- Thrombose veineuse, phlébite et embolie pulmonaire
- Œdème
- L'hypotension orthostatique

**Les troubles de la régulation thermique** – p57

- Les troubles de la transpiration

**L'hyperréflexie autonome (HRA)** – p57

*Les principales épines irritatives*

## 7 LES TROUBLES NEURO-ORTHOPÉDIQUES

**Spasticité** – p60

**Autres complications orthopédiques** – p61

*Focus : la hanche*

**La chirurgie fonctionnelle du membre supérieur chez le tétraplégique** – p63

## 8 LA DOULEUR

**Qu'est-ce que la douleur ?** – p66

**Douleurs nociceptives et traitements** – p66

*La syringomyélie*

*Qu'est-ce qu'un membre fantôme ?*

**Douleurs neuropathiques et traitements** – p67

## 9 ÉVOLUTION NEUROLOGIQUE ET RÉÉDUCATION

**Evolution neurologique** – p70

*Une récupération liée à l'atteinte radiculaire*

**Rééducation et réadaptation** – p70

**Au programme de la rééducation** – p71

## Vers une vie autonome

### LES AIDES TECHNIQUES

#### **Je suis chez moi** – p77

Différents matériels peuvent vous faciliter la vie

#### **Je me déplace** – p80

Quel fauteuil pour quel handicap ?  
Circulez

#### **Je me transfère** – p82

#### **Je me mets debout** – p83

#### **Je fais ma toilette (et autres moments privés)** – p84

#### **Je m'habille** – p85

#### **Je vis mon quotidien** – p86

#### **Je communique à l'oral et à l'écrit** – p89

#### **Je conduis ma voiture** – p90

#### **Je pars en vacances** – p91

Les aides financières aux vacances

#### **Je fais du sport** – p93

#### **Je reprends une activité professionnelle** – p94

Vous achetez vous-même vos aides techniques

### LES AIDES HUMAINES

#### **Les aides humaines** – p97

Missions des auxiliaires de vie sociale

#### **Financement des aides techniques et humaines** – p99

## Vers une vie émotionnelle, affective et sexuelle

### S'ACCEPTER AVEC SON HANDICAP

#### **Le choc de l'accident** – p103

Parler, parler, parler et encore parler

#### **La réalisation des pertes** – p105

#### **La reconstruction** – p106

Belle et handicapée  
Cinq conseils pour s'aimer de nouveau

### VIVRE SON HANDICAP PARMIS LES AUTRES

#### **Les relations avec la famille** – p109

#### **Les relations avec l'entourage** – p111

#### **Les relations amoureuses** – p112

Trouver l'âme sœur  
Adresses utiles  
Références psychologiques  
Fiches techniques

## Vers une vie sociale

### SCOLARITÉ, ÉDUCATION

#### **La scolarisation en milieu ordinaire** – p126

#### **L'éducation scolaire dans les établissements et services spécialisés** – p127

Le rôle de la Commission des droits et de l'autonomie (CDA)  
Le Projet personnalisé de scolarisation (PPS)

#### **Le parcours scolaire d'un enfant** – p128

Les associations  
Contacts et liens utiles  
Bibliographie

### VIE PROFESSIONNELLE

#### **Un droit fondamental** – p136

#### **Que dit la loi du 11 février 2005 ?** – p136

#### **Où exercer un emploi ?** – p138

Pour accéder à la fonction publique  
L'Agence nationale pour l'emploi: Handipass  
Les programmes départementaux d'insertion des travailleurs handicapés (PDITH)  
Bibliographie

### SPORT ET LOISIRS

#### **Sports d'eau** – p147

#### **Sports d'air** – p169

#### **Sports de montagne** – p149

#### **Sports terrestres** – p150

#### **Sports de précision** – p151

#### **Sports de combat** – p151

#### **Sports mécaniques** – p151

#### **Sports collectifs** – p152

#### **Sports à deux** – p153

Guides

#### **Sports de force** – p154

#### **Sports extrêmes** – p154

#### **Loisirs** – p154

- Transports
- Hébergements
- Séjours
- Musées

## Indemnisation des victimes

### INDEMNISATION DES VICTIMES : LE PRIX DU PRÉJUDICE, LES MOYENS DE L'AUTONOMIE

**Les cas où l'on peut obtenir une indemnisation :  
le « tiers responsable »** – p159

- En l'absence de tiers responsable

**Les préjudices indemnisés** – p160

**Qui va vous indemniser ?** – p162

**Face aux assurances : rester vigilant** – p163

**De l'importance de prendre un avocat...  
et de bien le choisir** – p163

Fiches techniques

