

+ -

"Moins on bouge, plus on a mal..."

Traiter tous les patients comme des champions. C'est le défi que relève le Dr Daniel Uebelhart, nouveau patron du service orthopédique de Valmont.

« Rassurez-vous, précise ce spécialiste. Je ne compte pas entraîner nos patients pour les Jeux olympiques. Mais je veux que les personnes âgées, voire très âgées, bénéficient du meilleur traitement possible, qu'elles ne subissent aucune restriction. » En prenant la tête de la direction médicale et du service de réadaptation orthopédique de Valmont, le Dr Daniel Uebelhart entend redorer le blason d'une discipline qui, malgré ses progrès, reste le parent pauvre de la médecine, alors même qu'elle joue un rôle vital au sein d'une population vieillissante sujette à l'arthrose et à l'ostéoporose, entre autres maladies de dégénérescence.

« A ses débuts, la médecine de réhabilitation utilisait essentiellement l'électrothérapie, les ultrasons, les ondes courtes, les enveloppements de fango et différentes techniques passives, validées mais peu performantes, explique le Dr Uebelhart. Le malade était allongé, il subissait. Ce n'est que tardivement, dans les années 90, que l'on a compris la nécessité de dynamiser le processus. »

L'apologie du mouvement

Dès lors, les techniques passives, qui permettent de détendre les muscles et d'atténuer la douleur, sont utilisées pour mieux mobiliser le patient. Pas question de se prélasser au lit! Le patient doit marcher, faire de l'exercice. « Certains s'étonnent du tour que prend la rééducation, note le Dr Uebelhart. Ils s'attendaient à une cure de repos... Nous devons leur expliquer que le mouvement est le moyen le plus sûr de recouvrer leur autonomie, de reprendre leurs activités ménagères, professionnelles et sociales et d'éviter la douleur. Moins on bouge, plus on a mal. »

Entre piscine et salle de fitness

Reste à définir les modalités de cette mobilisation. Dans les petits hôpitaux, on se contente souvent de faire déambuler les patients le long des couloirs et dans les escaliers, tandis que les cliniques ou les hôpitaux universitaires se dotent d'une infrastructure parfois digne d'un gymnase. Ainsi la charmante clinique de Valmont, sise au-dessus de Montreux, tient à disposition de ses hôtes deux salles de fitness équipées d'engins sophistiqués, une piscine chauffée avec monte-personne et... un mur de grimpe. Les cabinets de physiothérapie sont équipés d'espaliers. L'ergothérapie utilise la console Wii pour développer la dextérité. Une cuisine permet de s'entraîner à la reprise des activités culinaires. Les traitements sont personnalisés et parfois croisés avec la rééducation neurologique, deuxième mission de la clinique.

Un souci, la qualité

Le Dr Uebelhart entend valoriser au mieux ces équipements haut de gamme, ainsi que les compétences de l'équipe soignante. Il désire aussi innover avec des procédures de réadaptation inédites. S'il a quitté le service de rhumatologie et l'Institut de médecine physique de l'Hôpital universitaire de Zurich, dont il fut onze ans le patron, c'est en raison de restrictions budgétaires de plus en plus sévères: « Je ne pouvais plus avancer ni innover. » Désormais, c'est au tour des patients romands de bénéficier de sa vaste expérience.

Anne Zirilli

03.01.2011