

Les bienfaits de la physiothérapie

par Clinique Amberieu

12 octobre 2020

La perte de la mobilité et la douleur représentent souvent les motifs de consultation chez un physiothérapeute.

De nombreuses thérapies, médicales ou non, sont alors recommandées, en fonction du cas et de l'intensité des maux.

Au côté d'autres méthodes naturelles, la physiothérapie se positionne comme une discipline préventive, qui utilise les agents naturels : air, eau, lumière, et autres, pour anticiper ou traiter les déficiences et incapacités touchant les patients.

Elle couvre une large palette de maux et apporte de nombreux bienfaits qu'il peut être intéressant de connaître pour en bénéficier.

Les bienfaits de la physiothérapie

Tournée vers la motricité et l'amélioration de la santé physique, la physiothérapie se révèle efficace pour traiter de nombreuses déficiences. Il peut s'agir des lésions d'origine traumatique, neurologique, cardiaque, musculo-squelettique ou encore respiratoire. Toutefois, dans tous les cas, les avantages de la physiothérapie sont multiples pour le patient.

Une réduction de la prise de médicaments

Nul n'ignore que la prise de médicaments peut entraîner une certaine dépendance chez le sujet, surtout lorsqu'il s'agit de déficiences répétitives. Usant de moyens physiques et non invasifs, la physiothérapie vient donc pour réduire cette prise des cachets et limiter les risques d'addiction médicamenteuse.

Ainsi, grâce au large éventail d'approches dont ils disposent, les physiothérapeutes peuvent s'appuyer sur des moyens se révélant très utiles et efficaces contre les douleurs, peu importe leur durée.

Pas de perte totale de la mobilité

Avec la physiothérapie, gérez vos douleurs en phase aiguë ou chronique, tout en conservant une certaine mobilité. Des techniques aussi bien instrumentales que manuelles, y sont déployées non seulement pour renforcer votre corps, mais aussi pour vous donner l'assurance de vous mouvoir comme avant.

Si certaines thérapies peuvent être lourdes et nécessiter une sédentarité de la part du patient, avec la physiothérapie, c'est la revitalisation du corps qui est à l'honneur et donc le principal objectif sera d'amener le patient à retrouver la vigueur perdue par la déficience constatée.

Excellent moyen de rééduquer son corps

La physiothérapie en plus de contribuer à la rééducation, s'engage dans un programme de soins plus large visant à améliorer la qualité de vie des patients lorsque les déficiences résistent au traitement. C'est de cette manière donc qu'elle vous aide à surmonter vos incapacités au quotidien.

Au-delà du simple soin, il y a une réelle prise en charge du patient en vue de l'amener à exploiter la totalité des potentialités enfouies en lui par le dysfonctionnement du corps. Chaque patient bénéficie donc d'un accompagnement adapté à ses besoins spécifiques et on pourrait alors dire de la physiothérapie, qu'elle est une « thérapie à la carte ».

L'accompagnement parfait en milieu sportif

On retrouvera également une implication active et essentielle de la physiothérapie dans le domaine sportif. En effet, elle permet de réaliser un excellent suivi des athlètes au niveau physique, tout au long de leur compétition.

Elle joue également un rôle préventif, leur permettant d'éviter des excès de performance. En culturisme, elle offre des alternatives plus saines pour sculpter le corps tout en gardant une bonne hygiène de vie.

Plus de sérénité face aux défis sanitaires

La situation de maladie ou de défaillance sanitaire est toujours accompagnée d'un stress lié à la douleur ou aux effets secondaires découlant de la prise médicamenteuse. On dort donc mieux parce que soulagé plus durablement.

Avec ce moyen naturel de traitement pathologique qu'est la physiothérapie, on peut donc rester plus optimiste et serein face à la maladie.

Le physiothérapeute : élément clé dans la guérison

Le premier contact est déterminant. En effet, c'est au cours de votre première rencontre avec le physiothérapeute, qu'il pourra réaliser un examen destiné à évaluer votre état de départ et se faire une idée précise de la conduite à tenir. Selon les aspects qui ressortent de ce premier diagnostic, un traitement vous sera administré.

Après quelque temps, des examens rétrospectifs seront réalisés pour mieux orienter le traitement et vous satisfaire convenablement. C'est une mesure primordiale face aux affections chroniques, pour lesquelles, les moyens de traitement à moindre risque de la physiothérapie sont fortement recommandés.

Loin des traitements, la physiothérapie permet aussi le maintien de la forme physique. C'est la raison pour laquelle elle n'est pas exclusivement réservée aux personnes présentant des problèmes de santé.