

BULLETIN D'ADHÉSION

- Adhésion 5 euros*
- Membre bienfaiteur (don libre)*

Nom :

Prénom :

Adresse :

.....

.....

Code postal :

Ville :

Mail :

@

Tél :

Règlement :

- **par chèque** à l'ordre de :

Association Algodystrophie BPFE

A envoyer à **Association Algodystrophie France**

11 rue Duguesclin - 69006 LYON

- **ou par virement** sur le site sécurisé

Hello asso

<https://www.helloasso.com/associations/association-algodystrophie-beaucoup-plus-fort-ensemble>

* L'association étant reconnue d'intérêt général, vos dons sont déductibles de vos impôts.

Une prise en charge pluridisciplinaire auprès de professionnels de la santé est indispensable pour soulager vos douleurs.

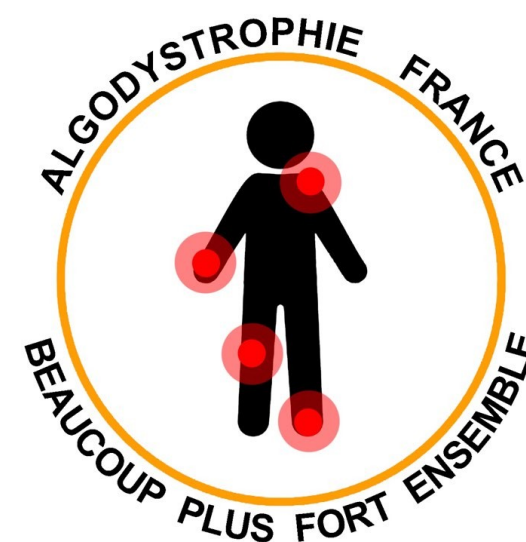
Contactez le Centre Anti-Douleur le plus proche de votre domicile (ne perdez pas de temps car les délais peuvent atteindre plusieurs mois) pour un avis médical.

Liste non exhaustive de traitements pouvant être dispensés :

- Séances de kinésithérapie pour mobilisation de l'articulation
- Hydrothérapie, piscine
- Bains écossais (technique qui alterne le chaud et le froid)
- Emplâtres d'argile
- Stimulation de la circulation sanguine

L'auto-hypnose et le travail sur la respiration sont des alliés précieux pour affronter la douleur en temps de crise. Des séances sont dispensées dans les Centres Anti-Douleur pour bien démarrer.

Il faut écouter SA douleur lors des mobilisations ! Cela peut tirer, faire un petit peu mal, mais cela doit rester supportable au risque d'aggraver la situation.



Beaucoup plus fort ensemble

est le slogan officiel de l'association

ALGODYSTROPHIE FRANCE

11, rue Duguesclin

69006 LYON

algodystrophie.france@gmail.com





Si aujourd'hui, le milieu médical utilise l'appellation **SDRC** pour **Syndrome Dououreux Régional Complexe** (SDRC de type 1 pour l'algodystrophie et SDRC de type 2 pour l'ancienne appellation de causalgie ou algoneurodystrophie), **le terme algodystrophie demeure d'emploi populaire par les personnes atteintes** comme le terme courant **syndrome épau-le-main**.

L'association a cependant choisi d'être représentée sous le nom complet de l'abréviation populaire « algo » soit Algodystrophie France.

1 - Définition

État associant des douleurs après un traumatisme (entorse, tendinite, choc bénin) ou une intervention chirurgicale même minime.

2 - Une douleur constante

La douleur est un message nerveux transmis au cerveau par les nerfs via la moelle épinière. Pour des raisons encore inconnues, dans cette pathologie, le message de douleur est continu et on ne sait pas encore ce qu'il faut faire pour que cesse l'agression de la partie du corps concernée.

Le malade se plaint de **douleurs d'intensité variable**, comparées à **une brûlure**, de type mécanique, **calmée par la mise au repos** du membre et réveillée par les émotions, le bruit, le mouvement.

3 - Une mauvaise circulation sanguine

Pour fonctionner, nos cellules ont besoin de carburant. C'est le rôle du sang qui apporte tous les éléments nécessaires pour que tout se passe bien. Chez les personnes touchées par la pathologie, le sang arrive difficilement car les artères ne se dilatent pas et ne se contractent pas normalement. Cela entraîne des lésions diverses, œdèmes, inflammations, déminéralisation osseuse etc. Les séquelles peuvent être graves et entraîner une invalidité parfois définitive.

4 - Les symptômes

Localisation principalement dans les genoux, chevilles, épaules, poignets, mains, toujours à proximité d'une articulation. Fourmillements, impression de brûlures, douleurs intenses très localisées, raideurs, peau très sensible à l'effleurement au point de ne pas supporter un vêtement ! Parfois des rougeurs et des gonflements. Et quand la pathologie s'installe dans la durée : troubles du sommeil et de la concentration, anxiété, angoisse, irritabilité, fatigue, isolement social.

Aujourd'hui, on ne peut chiffrer précisément le nombre de personnes concernées, on parle d'environ 50 000 personnes atteintes en France, des femmes, des hommes, des enfants quelque soit l'âge.

C'est une douleur constante ou intermittente, et, une mauvaise circulation sanguine qui entraînent des lésions diverses parfois invalidantes.

Cette pathologie peut disparaître après quelques semaines ou mois **mais** elle peut aussi durer des années.

La cause de la pathologie est inconnue mais personne n'est à l'abri !



Aidez-nous à faire avancer la recherche médicale !

Retrouvez-nous sur facebook et autres réseaux
<https://www.facebook.com/associationalgodystrophie>



*Un site internet est en cours de réalisation,
le lien sera indiqué sur la page Facebook de l'association
dès qu'il sera publié.*

Pour nous contacter

algodystrophie.france@gmail.com

Correspondants régionaux

Auvergne - Rhône-Alpes

Anaïs CRUSOT - 06.15.69.07.18

assoalgodystrophie@gmail.com

Normandie - Paris

Françoise HOAREAU - 06.03.34.86.49

algodystrophie.france@gmail.com