



**Merz Pharma (Suisse) SA**  
Hegenheimermattweg 57  
4123 Allschwil  
Tél. 061 486 36 00

1. WE MOVE/Spasticity/Spasticity information/Spasticity Introduction [cited August 29, 2012]. Available at: [www.wemove.org/spa](http://www.wemove.org/spa). 2. WE MOVE/Spasticity/Spasticity Resources from Life in Motion Awareness Campaign/Managing a life in motion [cited August 29, 2012]. Available at: [www.wemove.org/spa](http://www.wemove.org/spa). 3. Spasticity in adults: management using botulinum toxin. National guidelines. London: RCP, 2009. 4. WE MOVE/Spasticity/Spasticity Resources from Life in Motion Awareness Campaign/Movement disorder fact sheet Spasticity [cited August 29, 2012]. Available at: [www.wemove.org/spa](http://www.wemove.org/spa). 5. WE MOVE/Spasticity/Spasticity Information/Overview of Muscles [cited August 29, 2012]. Available at: [www.wemove.org/spa](http://www.wemove.org/spa). 6. WE MOVE/Spasticity/Spasticity information/Measuring Spasticity [cited November 2, 2012]. Available at: [www.wemove.org/spa](http://www.wemove.org/spa). 7. MD VU/WE MOVE/ Spasticity/Introduction/Spasticity Pathophysiology. [cited August 29, 2012]. Available at: [www.mdvu.org/library/disease/spasticity](http://www.mdvu.org/library/disease/spasticity). 8. WE MOVE/Spasticity/SpasticityInformation/The Spasticity Management Team [cited August 29, 2012]. Available at: [www.wemove.org/spa](http://www.wemove.org/spa). 9. WE MOVE/Spasticity/Spasticity information/Treatment overview [cited November 2, 2012]. Available at: [www.wemove.org/spa](http://www.wemove.org/spa). 10. XEOMIN® Summary of Product Characteristics, September 2012, Merz Pharmaceuticals GmbH, Frankfurt/Main, Germany Available at: [www.medicines.org.uk/EMC/medicine/20666/SPC/Xeomin+100+Units/](http://www.medicines.org.uk/EMC/medicine/20666/SPC/Xeomin+100+Units/) [Cited October 29, 2012]. 11. BOTOX® Summary of Product Characteristics, October 2012, Allergan, Inc. Markham, Ontario. Available at: [www.medicines.org.uk/EMC/medicine/112/SPC/BOTOX+100+Units/](http://www.medicines.org.uk/EMC/medicine/112/SPC/BOTOX+100+Units/) [Cited October 29, 2012]. 12. DYSPORT® Summary of Product Characteristics, June 2012, Ipsen Ltd, Slough, Berkshire, UK. Available at: [www.medicines.org.uk/EMC/medicine/870/SPC/Dysport+300+units%2c+Dysport+500+units/](http://www.medicines.org.uk/EMC/medicine/870/SPC/Dysport+300+units%2c+Dysport+500+units/) [Cited: November 16, 2012]. 13. Stroke Assocation/About stroke/Community support [cited November 2, 2012]. Available at: [www.stroke.org.uk/about/community-support](http://www.stroke.org.uk/about/community-support).

02/15 L-XEO049



# Comprendre la spasticité

Informations pour  
les patients et leur famille

Emmanuel, 40 ans, patient atteint de la spasticité



## Qu'est-ce que la spasticité?<sup>1, 2, 3</sup>

Le mot «spasticité» est dérivé du grec spasmos, ou spasme, qui est synonyme de «crampe». Normalement, à chaque mouvement que nous faisons, nos muscles fonctionnent ensemble de façon harmonieuse. Dans le cas de la spasticité, cette interaction est perturbée et la tension musculaire peut augmenter soudainement, de manière incontrôlée (ce que l'on appelle également hypertonicité). Même des mouvements «simples» peuvent devenir difficiles, voire impossibles à réaliser. Ce tonus musculaire accru, qu'il se manifeste fréquemment ou en permanence, peut provoquer une raideur musculaire et réduire la mobilité globale. Ce trouble peut aussi affecter des muscles au repos qui ne sont généralement pas actifs. Certaines postures peuvent devenir douloureuses et la qualité de vie peut s'en trouver affectée.

## Quand et comment la spasticité apparaît-elle?<sup>2, 4, 5</sup>

La spasticité est causée par des perturbations très complexes du système nerveux central. Des lésions ou atteintes du cerveau ou de la moelle épinière peuvent être à l'origine de la spasticité. Les causes les plus fréquentes de cette affection sont l'accident vasculaire cérébral, la sclérose en plaques, les traumatismes crâniens et médullaires, mais aussi des lésions cérébrales survenues dans la petite enfance, une inflammation cérébrale ou une tumeur du cerveau.

Les traumatismes crâniens ou médullaires peuvent aussi se traduire par des symptômes tels qu'une faiblesse musculaire, une altération du contrôle des mouvements et de la fatigue, notamment.

**L'activité musculaire est contrôlée par certaines voies du système nerveux central. Lorsque ces voies sont endommagées, il peut y avoir une perte de contrôle de l'activité musculaire allant jusqu'à une spasticité.<sup>1</sup>**

## Comment la spasticité est-elle diagnostiquée?<sup>6</sup>

Pour établir le diagnostic de spasticité, le médecin doit examiner le patient et probablement réaliser des tests neurologiques et une IRM. Il doit aussi évaluer la raideur musculaire et les difficultés rencontrées par le patient dans ses activités quotidiennes. Cette évaluation lui permet de déterminer:

- Le degré de limitation
- La force musculaire
- Le tonus musculaire (mesuré, par exemple, sur l'échelle d'Ashworth)
- La mobilité des articulations (évaluée en fonction de l'ampleur des mouvements)
- L'intensité de la douleur (évaluée, par exemple, à l'aide d'échelles visuelles analogiques)

Cette évaluation peut fournir des informations utiles pour le diagnostic et être utilisée pour mesurer la réponse au traitement, via des échelles de notation.

## Comment la spasticité peut-elle m'affecter?<sup>2,3</sup>

Le niveau de spasticité peut varier en fonction de sa localisation et de l'ampleur des lésions. Il peut aller d'une légère raideur musculaire jusqu'à des postures douloureuses. Bien souvent, on observe une paralysie d'une moitié du corps, normalement plus prononcée au niveau du bras ou de la jambe du côté du corps affecté.

Chez les personnes qui ont subi un accident vasculaire cérébral, l'activité nerveuse est moins bien contrôlée et des crampes musculaires douloureuses peuvent apparaître régulièrement. L'aphasie peut être courante après un accident vasculaire cérébral. Elle affecte la capacité de la personne à formuler ou à comprendre les mots.

## La spasticité peut impacter divers aspects du quotidien

Des activités de tous les jours, telles que:<sup>3,4</sup>

Repas ou habillage



Mobilité



Qualité du sommeil



Hygiène personnelle



Posture



La spasticité peut causer des douleurs, principalement au niveau des articulations, lors de mouvements vifs ou même légers.

## Quels sont les signes cliniques?<sup>3,7</sup>

La spasticité affecte des muscles individuels ou bien des groupes de muscles.

### ■ Partie supérieure du corps:

L'épaule, le coude, le poignet et les doigts sont souvent touchés.

### ■ Partie inférieure du corps:

Hanches, genoux, chevilles ou orteils.

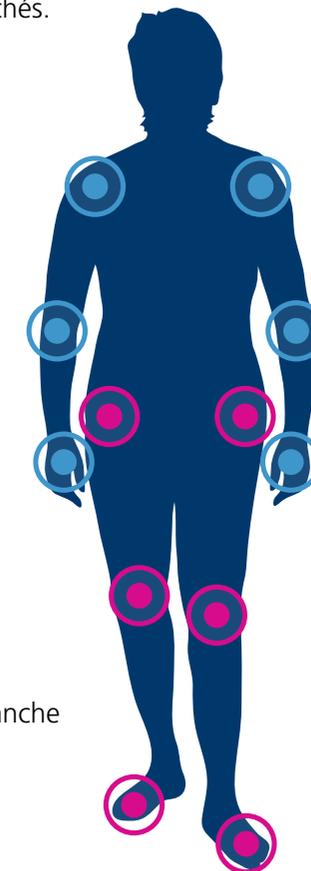
## Signes cliniques de la spasticité consécutive à un AVC au niveau des membres supérieurs

- Epaule tournée vers l'intérieur
- Poignet plié
- Coude plié
- Poing fermé
- Avant-bras en rotation
- Pouce replié



## Signes cliniques de la spasticité consécutive à un AVC au niveau des membres inférieurs

- Pied tourné vers l'intérieur
- Orteil déformé
- Mobilité réduite du genou
- Mobilité réduite de la hanche



## Qui se charge de traiter la spasticité? <sup>3,8</sup>

La prise en charge de la spasticité requiert un travail d'équipe et peut faire intervenir les professionnels de santé suivants:



### Neurologue

Le neurologue établit le diagnostic et se charge souvent de coordonner les différentes thérapies pour les patients atteints de spasticité.



### Spécialiste en médecine physique et de réadaptation

Il favorise la réadaptation du patient en créant une combinaison personnalisée de différents traitements tels que des médicaments, des dispositifs d'aide et des thérapies de type traction, massage ou électrothérapie.



### Infirmier(ère)

L'infirmier(ère) apporte un soutien aux patients et aux aidants, participe au bon fonctionnement du cabinet ou de la clinique et fait partie intégrante de l'équipe assurant la prise en charge de la spasticité.



### Physiothérapeute

Le physiothérapeute travaille avec le patient à améliorer sa mobilité, en renforçant son équilibre et son tonus par des activités telles que des étirements, par exemple.



### Ergothérapeute

L'ergothérapeute conseille les patients et souvent aussi les aidants sur la prise en charge des activités quotidiennes et sur la façon d'optimiser l'environnement de vie et de travail.



### Neurochirurgien

Un neurochirurgien est un médecin qui, dans certains cas, effectue des interventions chirurgicales liées au système nerveux.



### Chirurgien orthopédiste

Dans certains cas, un chirurgien orthopédiste peut effectuer une intervention pour corriger une mauvaise posture et soulager des problèmes physiques.

*Chaque tableau clinique étant unique, il est important de mener une consultation approfondie avec votre médecin. Celui-ci étudiera dans quelle mesure la raideur ou les contractions nuisent au bon fonctionnement de vos muscles et affectent votre vie quotidienne. Suite à cet examen, votre médecin évoquera avec vous la forme de thérapie la plus appropriée.*

*Vous devriez lui exposer en détail vos objectifs pour la thérapie et comment vous souhaitez les atteindre. Ces objectifs peuvent évoluer au fur et à mesure de la réadaptation.*

## Quels objectifs thérapeutiques souhaiteriez-vous atteindre?

(Le fait de fixer des objectifs vous aidera à garder une orientation et un but précis)

### Quelques exemples d'objectifs pour le traitement:<sup>3</sup>

- Améliorer les fonctions motrices actives volontaires, par exemple tendre le bras vers un objet, le prendre dans la main, le déplacer et le relâcher
- Améliorer les activités quotidiennes comme s'habiller ou faire sa toilette
- Alléger la charge de travail des aidants (habiller, donner à manger, déplacer et donner le bain)
- Réduire la douleur
- Éviter les contractures\*
- Réduire la fréquence des spasmes
- Améliorer la façon de marcher

\*Une contracture musculaire est un raccourcissement permanent d'un muscle ou d'une articulation.

### Les options thérapeutiques sont les suivantes<sup>3,8,9</sup>

Le traitement de la spasticité est complexe et doit souvent être mené sur le long terme. Il doit idéalement faire intervenir plusieurs disciplines médicales, des spécialistes, des infirmiers(ères), des physiothérapeutes et d'autres professionnels de santé pour travailler aux côtés des aidants sur des programmes personnalisés.

Normalement, différentes méthodes de traitement sont combinées pour garantir la prise en charge la plus efficace possible des symptômes. La difficulté consiste à établir un plan de traitement assurant un bon équilibre entre l'amélioration fonctionnelle, la satisfaction du patient et les effets indésirables potentiels.

La thérapie physique est à la base de tout traitement de la spasticité.

## Intervention physique



### Physiothérapie

La physiothérapie est à la base de tout traitement de la spasticité. Elle est définie sur mesure pour le patient, afin d'améliorer la souplesse des muscles affectés. Des séances régulières d'étirement peuvent atténuer les contractions musculaires et réduire la raideur des muscles pendant plusieurs heures. Les thérapeutes travaillent à renforcer les zones musculaires saines et à améliorer les mouvements à travers des exercices ciblés.



### Ergothérapie

*(attelles correctrices, plâtres, exercices moteurs répétés, thérapie assistée par robotique)*  
Avec l'ergothérapie, les patients et les aidants peuvent apprendre comment faire face aux activités quotidiennes grâce à des techniques pouvant faciliter l'habillement, les repas, etc. Les ergothérapeutes aident aussi les patients à choisir les équipements spéciaux dont ils peuvent avoir besoin selon leur situation.

## Pharmacothérapie<sup>2</sup>

Médicaments qui peuvent vous être prescrits

**Médicaments anticonvulsivants** – primidone, gabapentine, etc.

**Antispasmodiques** – baclofène, tizanidine, etc.

**Bêta-bloquants** – propranolol, etc.

**Agents dopaminergiques** – lévodopa-carbidopa, ropinirole, pramipexole, apomorphine, etc.

**Inhibiteurs de la MAO-B** – selegiline

**Inhibiteurs de la COMT** – tolcapone, entacapone, lévodopa-carbidopa avec entacapone, etc.

**Benzodiazépines** – diazépam, clonazépam, etc.



## Injections – Toxine botulique <sup>3, 10, 11, 12</sup>

- L'injection intramusculaire de toxine botulique est le meilleur traitement pour la spasticité focale.
- La toxine botulique est injectée localement dans le muscle ou le groupe de muscles affecté.
- Les toxines botuliques agissent en réduisant les signaux provoquant la contraction du muscle. Les toxines botuliques détendent temporairement les muscles hyperactifs et sont utilisées dans le traitement de la spasticité des membres supérieurs et inférieurs chez l'adulte, pour réduire le tonus musculaire.
- L'effet d'un traitement à base de toxines botuliques dure généralement 3 ou 4 mois. Dans certains cas, il peut durer beaucoup moins ou nettement plus longtemps. Cependant, le traitement peut être renouvelé si nécessaire. Votre médecin doit discuter avec vous de votre traitement personnel.

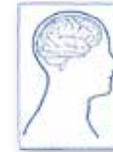
Des douleurs, une sensibilité et des contusions peuvent apparaître au niveau du site d'injection. Si vous ressentez des difficultés à déglutir, à parler ou à respirer, consultez immédiatement un médecin.

Le traitement par toxine botulique fait partie d'une prise en charge multidisciplinaire coordonnée, qui fait intervenir aussi bien la physiothérapie que d'autres disciplines telles que l'utilisation d'attelles ou encore l'ergothérapie. <sup>3</sup> Avant d'y recourir, l'équipe doit s'assurer qu'un programme de réadaptation approprié est prévu suite à l'injection.



### Chirurgie orthopédique

Dans certains cas extrêmes, on fait appel à la chirurgie orthopédique pour couper le nerf qui contrôle les muscles affectés, afin de stopper la surstimulation. Il est également possible de relâcher, d'allonger ou de déplacer des tendons.



### Neurochirurgie (*neurochirurgicale, neuro-orthopédique*)

Dans certains cas extrêmes, le neurochirurgien peut couper des nerfs bien précis (à l'endroit où les nerfs sortent de la moelle épinière), qui stimulent les membres spastiques. Ce type d'intervention chirurgicale est utilisé pour traiter une spasticité sévère des jambes qui interfère avec les mouvements.

## Tirez le meilleur parti de votre rendez-vous<sup>2</sup>

(Il est toujours recommandé de venir au rendez-vous avec un aidant ou un membre de la famille)

Lors de votre rendez-vous, asseyez-vous avec votre médecin pour discuter ensemble. Beaucoup de patients se sentent stressés et frustrés lors de ce rendez-vous, après avoir dû attendre un long moment dans la salle d'attente. Votre médecin se montrera favorable à votre participation active au traitement et vous encouragera à aborder tous les symptômes que vous éprouvez.

### Lorsque vous parlez à votre médecin, n'oubliez jamais ceci:

Votre médecin est là pour vous aider. Cela peut sembler évident mais plus vous vous montrerez ouvert et honnête, plus il lui sera facile de vous aider à vous sentir mieux. Si le diagnostic n'a pas été établi, vous devrez peut-être vous faire examiner par un spécialiste.

Faites aussi des recherches de votre côté – il existe un certain nombre de sites Internet bien conçus et de groupes de soutien qui pourront vous fournir des informations utiles.

N'oubliez jamais que les médecins ne peuvent pas lire dans vos pensées. Répondez aussi honnêtement que possible. Décrivez-leur tout ce qui concerne vos symptômes (mouvements anormaux, douleur, raideur) et les médicaments que vous prenez, y compris les médicaments délivrés sans ordonnance et d'éventuels compléments alimentaires. Avant votre rendez-vous, réfléchissez aux points que vous voudriez aborder. Il pourrait être utile de noter à quel moment vos symptômes apparaissent et s'ils évoluent au fil du temps.

## Parler de vos symptômes à votre médecin

### Voici une liste pratique pour guider votre prochain rendez-vous:

**Commencez un journal:** Pendant une semaine ou deux avant le rendez-vous, tenez un journal pour suivre vos symptômes.

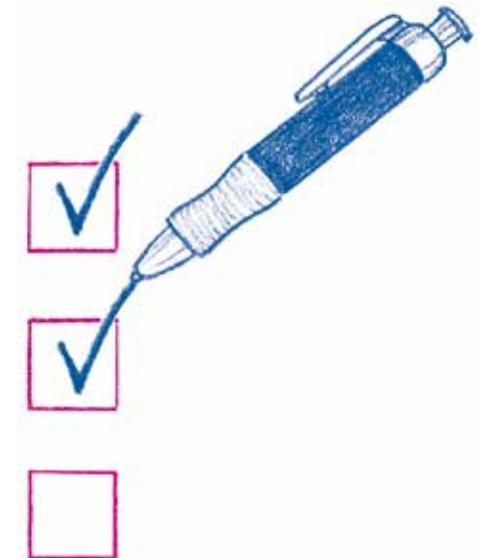
Cela aidera votre médecin à mieux comprendre ce que vous vivez et à vous aider à identifier les évolutions qui pourraient nécessiter un changement de traitement.

### Remplissez votre journal des symptômes:

Notez les symptômes que vous ressentez, décrivez-les et évaluez-les chaque jour.

Inscrivez également les dates/heures des éventuels oublis des traitements qui vous sont prescrits. Si vous ressentez des symptômes autres que ceux qui sont répertoriés à la page suivante, notez-les aussi. Un exemple de journal des symptômes est présenté à la fin de cette brochure.

**Évaluez vos symptômes:** Utilisez une échelle de 0 à 10, en attribuant une note de 0 si le symptôme a totalement disparu ou, à l'inverse, une note de 10 si le symptôme est plus présent que jamais.

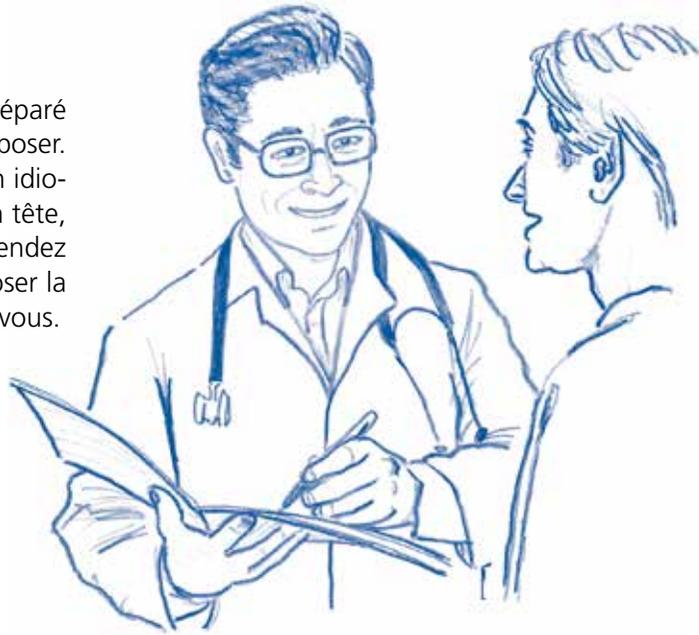


## Symptômes de spasticité consécutifs à un AVC: <sup>3,5</sup>

- Activité musculaire excessive
- Contractions musculaires involontaires
- Difficultés à assurer ses soins et son hygiène
- Douleur
- Mouvements involontaires, pouvant inclure des spasmes (contraction involontaire des muscles, brève ou longue) et un clonus (série de contractions involontaires rapides)
- Diminution de la capacité à réaliser les activités quotidiennes
- Raideur musculaire
- Réflexes hyperactifs
- Posture anormale

## Apportez vos questions le jour du rendez-vous:<sup>2</sup>

Venez au rendez-vous en ayant préparé les questions que vous souhaitez poser. Sachez qu'il n'y a pas de question idiote. Si vous avez quelque chose en tête, posez la question et surtout, n'attendez pas la fin du rendez-vous pour poser la question la plus importante pour vous.



## Exemples de questions pour vous aider:

- Quels sont les traitements disponibles?
- Quelles sont mes options avec ce traitement?
- Quels objectifs un traitement spécifique permet-il d'atteindre?
- Mes objectifs de traitement sont-ils réalistes?
- Le traitement m'aidera-t-il à accomplir ce que je veux faire?
- Quels sont les effets indésirables potentiels des traitements recommandés?
- Les symptômes de spasticité peuvent-ils s'aggraver?
- Combien de temps le traitement va-t-il durer?
- Combien de temps faudra-t-il avant que le traitement commence à agir?
- Comment dois-je faire?
- Combien ce traitement va-t-il coûter?
- Existe-t-il des programmes de soutien aux patients?

## Prenez des notes:<sup>2</sup>

Amenez un petit carnet pour prendre des notes lors de votre rendez-vous. Ainsi, vous serez sûr de bien vous souvenir de tout une fois sorti du cabinet. Si malgré tout, après votre rendez-vous, vous avez le sentiment d'être encore dans le flou sur certains points, n'hésitez pas à demander.

## **Comment parler à votre médecin de vos mouvements limités ou anormaux, de votre douleur chronique ou de votre raideur musculaire**

### **Soyez précis:**

Décrivez aussi précisément que possible à votre médecin l'endroit douloureux et le type de douleur (sourde, fulgurante, lancinante, pulsatile, etc.) ou de raideur musculaire que vous ressentez. Dites aussi à votre médecin quel impact ces symptômes ont sur votre capacité fonctionnelle. Discutez de vos objectifs avec votre médecin.

Ne laissez pas vos émotions prendre le dessus: votre médecin sait que la douleur peut sembler accablante et il ou elle voudra vous aider. Pendant le rendez-vous, essayez de ne pas faire passer trop d'émotion dans votre description de la douleur que vous ressentez. Ainsi, vous pourrez vous concentrer sur la meilleure manière d'avancer et mettre au point le meilleur plan de traitement en fonction de vos besoins.

### **Tenez votre médecin informé:**

Indiquez à votre médecin tous les médicaments que vous avez pris et que vous prenez actuellement pour vous soigner. Il est absolument essentiel que vous lui nommiez tous les médicaments que vous avez pris, y compris les médicaments sans ordonnance, les compléments alimentaires, les remèdes à base de plantes et tous les traitements prescrits dans le cadre de thérapies alternatives (chiropractie, acupuncture).

## **Après votre rendez-vous**

### **Suivez le plan de traitement de votre médecin:**

Suivez scrupuleusement les instructions de votre médecin. Si un doute subsiste après votre rendez-vous, appelez votre médecin. Ne faites pas de suppositions. Si vous n'êtes pas d'accord avec le parcours de traitement, dites-le tout de suite à votre médecin.

### **Informez les autres intervenants:**

Expliquez votre plan de traitement à tous les autres professionnels de santé qui vous prennent en charge. Si des médicaments vous ont été prescrits, allez toujours chercher vos médicaments dans la même pharmacie pour établir une relation de confiance avec votre pharmacien. N'hésitez pas à lui poser des questions sur vos médicaments lorsque vous venez les chercher.

### **Faites un suivi:**

Si un médicament que vous prenez reste sans effet ou semble moins efficace que les précédents traitements, parlez-en à votre médecin. Informez aussi votre médecin des éventuels effets indésirables que vous ressentez.

### **Etablissez un calendrier:**

Demandez à votre médecin un calendrier spécial indiquant quand vous devriez ressentir une diminution de vos symptômes et quand vous devriez prévoir votre prochaine visite. Prenez rendez-vous pour cette visite avant même de quitter le cabinet, pour être sûr que votre prochain rendez-vous est programmé.

