Vignette clinique : blessé médullaire et activité physique

Monsieur D., patient de 32 ans, paraplégique T1 ASIA A depuis 7 ans, est suivi en physiothérapie à raison de 2x/semaine en cabinet. Il a un standing à domicile et va au standing une fois/semaine pendant 20 minutes.

Au niveau de son contexte social, Monsieur vit seul, à Sion, depuis 3 mois à la suite d'une rupture avec sa conjointe. Il habite dans un appartement adapté. Il est autonome pour toutes les AVQs, a de l'aide au ménage 1x/semaine. Il fait ses commissions ainsi que sa lessive seul. Il travaille à 40% comme employé de commerce les lundi, mardi, mercredi et jeudi après-midi. Il conduit également de manière autonome.

Au niveau des loisirs, Monsieur D., adore faire du handybike. Il en faisait à raison de 2x/semaine lors de la belle saison. Depuis sa séparation, Monsieur D., a arrêté le handybike pour une raison pratique, il ne peut plus le sortir seul du garage avec le handybike. Avant son accident, il jouait au basket dans une équipe en Valais. Actuellement, il va de temps en temps promener en chaise roulante sur certains bisses, à raison d'une fois par semaine pendant 30 minutes. Tous ses autres déplacements s'effectuent en voiture.

Concernant ses déficiences, Monsieur D. a une force normale sauf aux rotateurs latéraux où il a une force à 4. Il a de la spasticité au niveau des adducteurs côtée à 2 et fléchisseurs plantaires à 3 sur l'échelle d'Ashworth. Depuis 1-2 semaines il remarque qu'il est plus vite fatigué et essoufflé s'il doit rouler avec sa chaise roulante sur de longue distance.