

Votre Cheminement après un AVC : Chapitre 4

En lisant le livre « **Votre Cheminement après un AVC** » vous pouvez utiliser ce guide pour vous aider à comprendre le contenu de chaque chapitre et son importance.

Chapitre 4 - Vivre avec les changements physiques

Un AVC peut changer votre façon de parler, de bouger et votre mode de vie. Vous pouvez apprendre comment améliorer ces aspects et trouver des personnes pour vous aider.

Dans ce chapitre, vous allez:

- » Comprendre comment un AVC peut rendre la parole difficile et découvrir des moyens de communiquer
- » Apprendre comment un AVC affecte vos muscles et vos mouvements.
- » Découvrir les outils qui peuvent vous aider à mieux bouger
- » Vous informer sur les difficultés à avaler et comment manger en toute sécurité
- » Apprendre à gérer l'incontinence
- » Trouver qui peut vous aider avec ces défis physiques

Les informations reçues de votre Navigateur post-AVC ne remplacent pas les conseils, diagnostics ou traitements médicaux professionnels. Consultez un médecin ou un professionnel de santé pour toute question sur une condition médicale ou un changement de mode de vie.



Financé Par:



1-800-663-3600
stroke@hsf.nb.ca

Votre Cheminement après un AVC : Chapitre 4

Vous trouverez des ressources utiles dans le **Chapitre 4 - Vivre avec les changements physiques**. Voici quelques autres qui pourraient vous aider.

Vous pouvez trouver ces ressources et bien d'autres en ligne au heartandstroke.nb.ca/fr/stroke-resources

Communication:

- » Fondation des maladies du coeur et de l'AVC, Tutoriels pratiques sur l'après-AVC sur YouTube
 - [Communiquer avec une personne atteinte d'aphasie](#)
 - [Tutoriel 1 - Utilisation de mots-clés pour aider à la communication](#)
 - [Tutoriel 2 - Un portefeuille comme outil de communication](#)
 - [Tutoriel 3 – Livre de communication et cahier auto-biographique](#)
- » Partenariat canadien pour la rétablissement de l'AVC et Coeur + AVC vidéo YouTube
 - [Pratiquer sa communication à la maison](#)

Challenges Difficultés liées aux bras et aux jambes :

- » Site Internet Croix Rouge [Prêt d'équipement médical](#)
- » [Site Internet Capacité NB](#)
- » [Site Internet Association des physiothérapeute du Nouveau Brunswick](#)
- » [Site Internet Association des ergothérapeutes du Nouveau-Brunswick](#)

Difficultés à avaler (dysphasie):

- » [Site Internet Association des orthophonistes et audiologistes du Nouveau-Brunswick](#)
- » [Site Internet Association des diététistes du Nouveau Brunswick](#)
- » [Site Internet Pratiques Optimales de l'AVC du Canada - Ressources pour les patients et les aidants](#)
 - *Aide à l'autogestion après un AVC*

Financé Par:



1-800-663-3600
stroke@hsf.nb.ca

