

FICHE 8- SCLEROSE EN PLAQUES

CONNAITRE LE PARCOURS DU PRATIQUANT

- Chaque pratiquant bénéficie de l'accord de son médecin traitant et de son neurologue pour la pratique d'une activité physique
- Connaitre la forme de la maladie : forme récurrente évoluant par poussées ou forme progressive, avec un handicap croissant et plus difficiles à traiter**

PRECAUTIONS

- Connaitre le phénomène d'Uhthoff.**

Certaines personnes ressentent une réapparition de leurs symptômes en cas d'augmentation de la température du corps (un bain chaud, un exercice physique intense, une exposition à la chaleur, au soleil, de la fièvre...). Il ne s'agit pas d'une poussée ou d'une aggravation de la maladie, mais la chaleur peut accentuer transitoirement certains symptômes de la maladie en diminuant le temps de conduction de l'influx nerveux. Les troubles cessent dès que la température du corps redevient normale.

En cas d'aggravation des symptômes liée à la chaleur, nécessité de stopper l'effort, se rafraîchir, prendre des bains froids, appliquer sur le corps des linges ou des vêtements mouillés, s'hydrater avec des boissons fraîches et éviter de s'exposer à la chaleur.

- Savoir que les atteintes peuvent être polymorphes**