



**UP
AGAIN**
after stroke



World Stroke Organization

WorldStrokeCampaign.org/fr

 WorldStrokeCampaign

 @WStrokeCampaign

 #WorldStrokeDay

L'AVC est l'une des principales causes de décès dans le monde.



Néanmoins, ça n'est qu'une facette de l'histoire. À travers le monde, environ 80 millions de personnes ont survécu à un accident vasculaire cérébral (AVC), et plus de 50 millions d'entre elles souffrent d'un handicap permanent. Pour beaucoup, la vie après un AVC ne sera plus tout à fait la même, mais avec des soins et un soutien adéquats, il est possible de vivre une vie pleine de sens. **Comme nous le montrent des millions de personnes ayant survécu à un AVC, il est possible de se relever** [#UpAgainAfterStroke.](#)



Qu'est ce qu'un AVC ?



Un accident vasculaire cérébral est provoqué par l'interruption de la circulation sanguine dans une partie du cerveau. En l'absence de sang, les cellules peuvent être endommagées ou détruites. Ces dommages peuvent avoir différents effets en fonction de la région du cerveau où l'interruption se produit. Cela peut affecter votre corps, votre mobilité et votre parole, de même que votre manière de penser et de ressentir. L'un des meilleurs moyens d'améliorer le résultat d'un AVC est d'en reconnaître les symptômes et de solliciter rapidement une aide médicale.

Visage

Le visage penche-t-il d'un côté ?

Inertie du bras

Y a-t-il un bras plus faible que l'autre ?

Temps

d'agir rapidement et de solliciter une aide médicale !

Elocution

La personne est-elle capable de parler ? Ses mots sont-ils confus ou inintelligibles ?





Revivre après un AVC



l'AVC peut arriver à n'importe qui, n'importe où et à n'importe quel âge : bébés, enfants, adolescents et personnes âgées. Les effets ainsi que le type de soutien nécessaire après un AVC peuvent également varier. Ce qui nous unit, c'est la résilience et la détermination des survivants d'un AVC à construire sur ce que l'AVC ne peut emporter, et poursuivre le chemin de la rémission.

Pour la plupart de ces personnes ainsi que pour le personnel soignant et les familles, la vie sera différente. Accepter et s'adapter à la vie après un AVC est essentiel pour votre rémission et votre bien-être. Vous ne trouverez pas votre « nouvelle routine » en un claquement de doigts, mais c'est pas grave. En collaborant avec votre équipe de soignants, en développant de nouvelles routines et en effectuant le suivi d'objectifs petit à petit, vous pouvez faire des progrès.





Des soins attentionnés

.....

Gardez à l'esprit que votre équipe de rétablissement physique et médical est là pour vous aider. Tenez les professionnels qui s'occupent de vous informés de vos progrès, des changements dans votre état de santé ou de toute inquiétude éventuelle. Demandez ce que vous pouvez faire pour soutenir votre convalescence. Reconnaissez l'impact de vos émotions et votre humeur sur votre qualité de vie et votre motivation ; si vous vous sentez déprimés, parlez-en à votre personnel de santé.

La check-list post-AVC de la World Stroke Organization (Organisation mondiale de l'AVC) constitue un moyen pour vous et les professionnels de la santé de réfléchir, parler et répondre à vos besoins actuels en matière de soins de santé. Cette check-list a été traduite dans de nombreuses langues et peut être téléchargée depuis le site Internet de la World Stroke Campaign (Campagne Mondiale de lutte contre les AVC).

Les personnes ayant survécu à un AVC peuvent se sentir isolées, de même que leurs aides-soignants. Vous n'êtes pas seul ! 80 millions de personnes dans le monde ont survécu à un AVC. Tisser des liens avec d'autres personnes qui ont souffert d'un AVC ou d'autres aides-soignants, obtenir des conseils pratiques sur les défis du quotidien, ou même raconter des témoignages sur le thème de la survie ou de la rémission sont autant d'actions concrètes qui favorisent le retour à la vie normale.

Consultez des témoignages sur le thème de la survie ou de la rémission sur le site web et le blog de la World Stroke Campaign.



Votre réseau de survie

Partout dans le monde, il existe des organisations dont l'unique but est de vous donner accès aux soins et au soutien dont vous avez besoin. Beaucoup d'entre elles sont gérées par des personnes ayant survécu à un AVC ou en leur nom, ou par des aides-soignants : contactez-les dès que vous en sentez le besoin.

Quand et si vous vous sentez prêt, pensez à apporter votre soutien à d'autres personnes ayant survécu à un AVC, mener des campagnes de sensibilisation sur les AVC, ou encore contribuer au financement de fonds locaux destinés au soutien des personnes ayant survécu à un AVC. Peu importe la manière dont vous vous impliquez, nous sommes conscients qu'appartenir à un réseau d'entraide peut vous rendre plus positif vis-à-vis de la vie après un AVC.

Le site web de la Campagne mondiale de lutte contre l'AVC fournit une liste d'organismes de soutien aux personnes ayant survécu à un AVC à travers le monde, que vous pouvez joindre.

L'utilisation des nouvelles technologies pour communiquer avec d'autres personnes qui partagent votre expérience, qui ont des conseils à donner concernant votre parcours, ou qui peuvent simplement vous aider, peut faire la différence. Les nouvelles technologies peuvent également favoriser votre réadaptation. Par exemple, l'utilisation d'applications mobiles testées et approuvées par des experts et des personnes ayant survécu à un AVC peut, à long terme, favoriser les progrès entre vos sessions.

Rendez-vous sur my-therapy.co.uk pour accéder à de nombreuses applications gratuites testées et notées par des professionnels et des personnes ayant survécu à un AVC.

Déclaration Mondiale Des Droits Des Personnes Atteintes D'attaque Cérébrale

La Déclaration Mondiale Des Droits Des Personnes Atteintes D'attaque Cérébrale a été développée dans le cadre de la Campagne mondiale de lutte contre les AVC en concertation avec des personnes ayant survécu à un AVC ainsi que des aides-soignants à travers le monde. Celle-ci établit les aspects les plus importants de la rémission selon les patients et les aides-soignants. Les patients souhaitent :

1. Espérer la meilleure rémission possible maintenant et à l'avenir.
2. Recevoir une assistance psychologique et émotionnelle qui correspond au mieux à leurs besoins.
3. Être inclus dans tous les domaines de la société, quel que soit leur handicap.
4. Bénéficier d'une aide financière ou autre en vue de s'assurer qu'ils reçoivent des soins sur le long terme.
5. Être soutenus dans leur retour au travail et/ou à d'autres activités dans lesquelles ils pourraient vouloir s'impliquer après leur AVC.
6. Avoir accès à une représentation formelle et informelle qui les favoriserait leur accès aux services dont ils ont besoin.
7. Être en contact avec d'autres personnes ayant survécu à un AVC ainsi qu'à des aides-soignants afin de recevoir et apporter du soutien tout au long de leur rémission.
8. Rendez-vous sur www.worldstrokecampaign.org/fr pour signer notre pétition en ligne visant à mettre en pratique les principes de la Déclaration à travers le monde.



À PROPOS DE LA WORLD STROKE ORGANIZATION

La Campagne mondiale de lutte contre les AVC est une initiative de la World Stroke Organization (WSO) qui vise à réduire l'impact global des AVC en améliorant sa prévention, son traitement et son soutien à long terme. Pour en savoir plus ou pour nous contacter, rendez-vous sur www.world-stroke.org





La Campagne mondiale de lutte contre les AVC a été rendue possible grâce aux généreux dons de ses entreprises partenaires :

SPONSORS DE PLATINE PLUS

Medtronic



SPONSORS D'ARGENT

