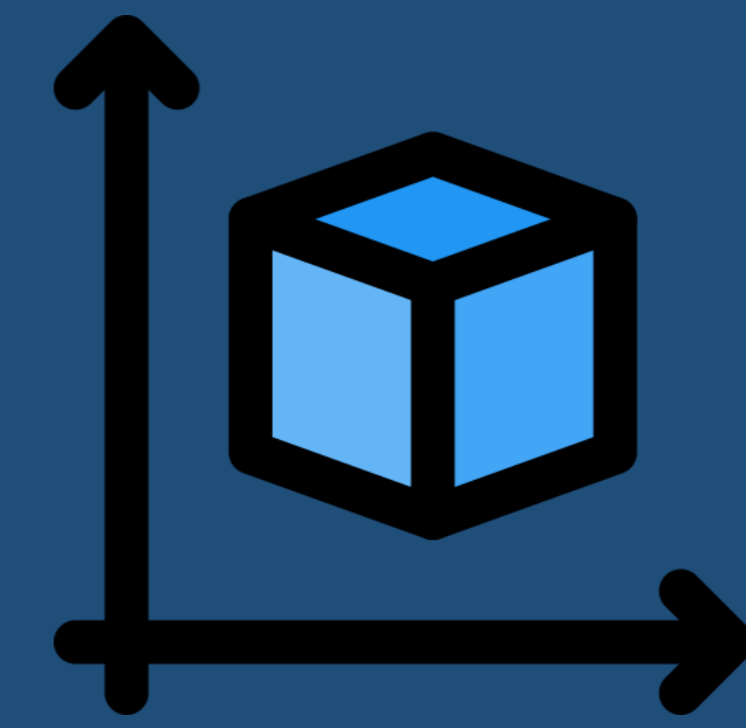


Comment utiliser la thérapie miroir après un AVC ?

D'après : Morkisch, N., Thieme, H., & Dohle, C. (2019). How to perform mirror therapy after stroke? Evidence from a meta-analysis. Restorative Neurology and Neuroscience, 37(5), 421-435. <https://doi.org/10.3233/RNN-190935>

La thérapie miroir, c'est quoi ?

Technique de leurre sensorielle, consistant à placer un **miroir dans le plan sagittal** du sujet, de sorte que le reflet du membre non atteint ressemble à celle du membre affecté. Thieme et al. (2018) ont montré que la thérapie miroir améliore la fonction motrice et la participation dans les AVQ, quelque soit la période après l'AVC.



Grand miroir : un grand miroir produit de meilleurs effets sur la fonction et sur le déficit motrice qu'un petit miroir. Il permettrait de former une perspective plus réaliste et donc d'améliorer l'illusion



Mouvement unilatéral : une exécution du mouvement uniquement avec la main non parétique pourrait réduire le conflit sensoriel entre les afférences visuelles et proprioceptives.



Pas de manipulation d'objets : La réalisation de geste sans objet améliorerai l'attention portée à l'illusion.



Perez-Cruzado et al. (2016), recommandent la réalisation de session de **20 minutes, 5 fois par semaine pendant au moins 4 semaines.**