

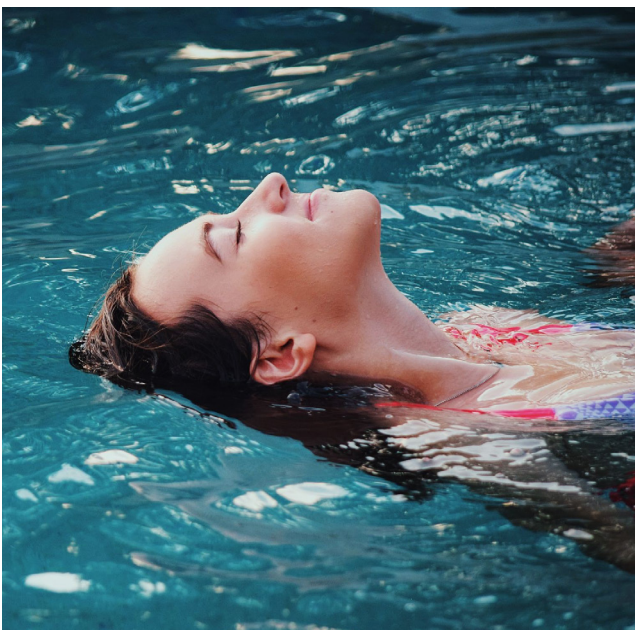
## Riabilitazione stazionaria

In alcuni momenti nel decorso della sclerosi multipla, il trattamento stazionario in una clinica di riabilitazione può essere una tappa necessaria e importante. Il programma terapeutico, intenso e articolato su più fronti, può ridurre i disturbi delle funzioni fisiche e migliorare la qualità di vita.

---

### I punti più importanti in sintesi

- Un soggiorno di riabilitazione è indicato quando la terapia ambulatoriale non è più sufficiente.
- La riabilitazione stazionaria offre un programma terapeutico intensivo, individuale e interdisciplinare.
- I deficit fisici vengono ridotti, con un miglioramento in termini di autonomia e qualità di vita.
- Pianificate il tutto per tempo e ponetevi degli obiettivi chiari.



La sclerosi multipla (SM) danneggia il sistema nervoso centrale, con la possibile conseguenza di disturbi alle varie funzioni corporee e disabilità. Le persone che ne vengono colpite si trovano a fare i conti con forti limitazioni nella loro quotidianità. La riabilitazione stazionaria in una clinica specializzata può migliorare la qualità di vita grazie alla definizione di un programma terapeutico intensivo, individuale e interdisciplinare, teso a contrastare le funzioni compromesse per influenzare positivamente le attività corporee e la vita sociale delle persone interessate.

### Possibili obiettivi

- Mantenimento o miglioramento delle capacità funzionali
- Mantenimento di autonomia e mobilità
- Mantenimento o miglioramento della qualità di vita e dei rapporti sociali
- Prevenzione o cura di conseguenze secondarie
- Riduzione dell'intensità dell'assistenza

### Motivi per un soggiorno

- Dopo un attacco acuto di SM permangono forti limitazioni, malgrado il trattamento con cortisone ad alto dosaggio.
- Nonostante le terapie ambulatoriali, non si può escludere la perdita di importanti funzioni e/o dell'autonomia.

- Avete molteplici deficit funzionali e necessità di un programma terapeutico intensivo e articolato.
- Avete un'invalidità di grado massimo e vorreste raggiungere obiettivi ben definiti: terapia di sintomi o complicazioni che richiedono un approccio interdisciplinare (ad es. spasticità di grado massimo, contratture o applicazione ripetuta di gesso combinato con farmaci per alleviare la spasticità, pompe che erogano tali farmaci direttamente nel canale spinale, trattamento con Botox®, terapia del dolore articolata, ecc.).

## Programmi di terapia

Le cliniche di riabilitazione offrono un'intera gamma di terapie e altri programmi di supporto. L'offerta può variare da clinica a clinica.

Un'ampia gamma di:

- Fisioterapia
- Allenamento a intervalli ad alta intensità (Hiit)
- Terapia occupazionale
- Formazione al linguaggio e alla deglutizione
- Ippoterapia
- Terapia in acqua
- Training neurocognitivo
- Consulenza psicologica
- Consulenza nutrizionale
- Formazione alla guida della sedia a rotelle
- Formazione alla guida dell'auto
- Formazione dei pazienti per la SM

## Quando un soggiorno è sconsigliato

- Persone con invalidità di grado massimo senza obiettivi terapeutici chiaramente definibili e raggiungibili.
- Persone con gravi deficit cognitivi e pertanto non in possesso della necessaria capacità di apprendimento e di collaborazione.
- Persone con ulteriori patologie collaterali gravi, che impediscono un trattamento adeguato.

Se il principale obiettivo è quello di alleggerire la situazione dei familiari, è preferibile ricorrere a un periodo di assistenza temporaneo presso una struttura di cura. Una riabilitazione stazionaria non è necessariamente la soluzione giusta.

Se altre patologie collaterali non consentono un'adeguata riabilitazione, un soggiorno terapeutico in una clinica di cura intensiva può essere di aiuto.

## Consigli pratici

- Iniziate provando le varie terapie ambulatoriali.
- Pianificate il vostro soggiorno di riabilitazione per tempo, compresa l'assunzione dei costi. Se avete dei dubbi, rivolgetevi al centro di riabilitazione.
- Definite obiettivi chiari e realistici insieme ai medici e al personale di assistenza. Discutete nel dettaglio la procedura.
- Contattate per tempo una clinica di riabilitazione adatta e comunicate i vostri obiettivi.
- Richiedete un soggiorno della durata minima di tre settimane, ancora meglio se di quattro.

## - Trovare la clinica di riabilitazione più adatta

Prendetevi tempo per trovare la clinica giusta: la struttura di cura è infatti determinante per il successo del soggiorno. Il portale di ricerca della Società SM con criteri per la valutazione dei requisiti e indicazioni sulle cliniche vi aiuterà a trovare la struttura più adatta:

[www.sclerosi-multipla.ch](http://www.sclerosi-multipla.ch) Rubrica Sulla SM/Terapie riabilitative/Cercare una clinica di riabilitazione.

Infoline SM

**091 922 61 10**

Lunedì – giovedì ore 10.00 - 12.00 e 13.00 - 17.00  
(chiuso il mercoledì pomeriggio e venerdì)



Società svizzera sclerosi multipla

Via S. Gottardo 50 / 6900 Lugano - Massagno

Informazioni: [www.sclerosi-multipla.ch](http://www.sclerosi-multipla.ch) / 091 922 61 10

[info@sclerosi-multipla.ch](mailto:info@sclerosi-multipla.ch)



La Società SM non accetta alcun sostegno finanziario dall'industria farmaceutica. Grazie per la Vostra donazione!