

EN BREF

## Réseau LCD : pour apprendre à mieux vivre avec ses douleurs...

11.07.16 Mise à jour le 11.07.16

[Précédent](#)[Suivant](#)

En région parisienne, le réseau Lutter Contre la Douleur (LCD) propose des projets éducatifs pour lutter contre les douleurs chroniques des patients en ambulatoire. Financés par la fondation Apicil, ces techniques complémentaires aux soins traditionnels permettent une plus grande autonomie des patients dans la gestion de leur douleur. Zoom sur ces projets innovants :

- « les 7 rondes des facteurs déclarants de la migraine » est un outil simple et unique. Élaboré pour les enfants de 7 à 14 ans, il les aide à identifier les facteurs favorisant leurs céphalées pour ainsi mieux les prévenir ;
- des « ateliers d'éducation thérapeutique » comme l'information sur les mécanismes et les traitements de la douleur ou l'apprentissage de techniques psycho-corporelles (relaxation, remise en mouvement, hypnose, expression des mouvements, mindfulness...) sont également proposés tout au long de l'année par le réseau LCD.

Ainsi, 2650 patients ont déjà été séduits par le réseau LCD qui les accompagne dans leur vie quotidienne, participe à leur ré-intégration sociale et leur apprend à vivre avec leurs douleurs chroniques.

[Brève Précédente](#)[Brève Suivante](#)[Retour au sommaire du dossier Douleur](#)

Tags : Brèves, douleur et soins de ville