

A chi mi posso rivolgere per orientarmi nella gestione della Sclerosi Multipla e degli aspetti di vita quotidiana?



LA RETE DELLA SM

La **Rete della SM** è composta da servizi ospedalieri e territoriali, che devono collegarsi tra loro per garantire una presa in carico **personalizzata** e **multidisciplinare**.
Il collegamento avviene tramite il **Centro SM** e il **PUA**.



PARTE OSPEDALIERA

Riabilitazione

- È una **terapia non farmacologica fondamentale per la SM** e indicata in qualunque fase della malattia.
- Agisce sulla plasticità cerebrale e **aiuta a rallentare la progressione della malattia**.
- Ha benefici sia a **livello biologico**, sia di **mantenimento dei domini funzionali** (ad esempio: motori, cognitivi, ecc.)
- **Non significa "solo" fisioterapia**: la fisioterapia è uno dei molti programmi riabilitativi possibili.
- Non è semplice "ginnastica": è un'**attività sanitaria specifica**, basata su obiettivi e protocolli di trattamento mirati. **Può essere integrata con attività motoria e sport** adatti a te, ma non sostituita.
- Deve essere effettuata da un'**équipe di operatori formati**, specialmente nella **riabilitazione neurologica**.
- Richiede un **approccio multidisciplinare**.
- Deve essere erogata secondo un **Piano Riabilitativo Individuale (PRI)** elaborato dal **Fisiatra**.

In cosa consiste la valutazione fisiatrica?

- Aspetti motori (spasticità, forza, ecc.)
- Gestione delle attività quotidiane
- Aspetti cognitivi
- Gestione della fatica
- Gestione delle cadute
- Disturbi della comunicazione
- Disturbi vescicali e sfinterici
- Disturbi dell'equilibrio
- Deglutizione
- Aspetti psicologici
- Ausili e adattamenti
- Respirazione
- ...

Almeno una volta all'anno, fai una visita fisiatrica per valutare il tuo bisogno riabilitativo e/o rimodulare adeguatamente la tua attività fisica e sportiva!

PRI – Piano Riabilitativo Individuale

- Contiene:
 - *Bisogno riabilitativo*
 - *Obiettivi da raggiungere*
 - *Elenco dei programmi riabilitativi e figure della riabilitazione coinvolte*
 - *Setting e tempistiche*
 - *Momento della verifica degli obiettivi*
 - *Indicatori di risultato*
- È finalizzato al recupero dell'autonomia nelle attività quotidiane e lavorative e all'incremento della partecipazione sociale.
- Deve soddisfare le esigenze della persona con enfasi sulle sue aspettative e sulla qualità di vita.

PARTE TERRITORIALE

Chiedi informazioni

Per individuare la rete riabilitativa del tuo territorio rivolgiti al tuo **Centro SM**, ad **AISM**, al **MMG** e al **PUA** del tuo ambito territoriale di residenza.



Chi mi può aiutare a capire se ho bisogno di riabilitazione?

Neurologo e Medico di base

Possono fare una prima valutazione e prescriverti una visita fisiatrica per approfondire e attivare il percorso di riabilitazione.

Fisiatra

È il medico della riabilitazione. Effettua la valutazione del bisogno riabilitativo globale e multidimensionale, elabora il tuo **Piano Riabilitativo Individualizzato (PRI)** e può consigliarti su ausili, attività motoria e sport adatti a te.

Dove fare riabilitazione?

In base al modello organizzativo regionale, si può fare in **centri di riabilitazione pubblici o privati**. Sul tuo territorio sarà presente una rete di centri o di punti di accesso alla riabilitazione.

Nel caso di **centri privati**, **verifica che siano convenzionati con il SSN**, dove l'accesso alla riabilitazione per la SM deve essere **gratuito e coperto da esenzione** esattamente come nel caso del pubblico.

Quali caratteristiche deve avere il centro scelto:

Presenza di un fisiatra che effettui la valutazione

Erogazione della riabilitazione in base al PRI

Competenza in riabilitazione neurologica

Equipe riabilitativa multidisciplinare comprendente tutte le figure professionali del team riabilitativo

Valutazione multidisciplinare del bisogno riabilitativo

Programmi riabilitativi multipli in base al bisogno della persona, non solo della fisioterapia

Elaborazione di un Piano Riabilitativo Individuale (PRI)

Revisione degli obiettivi raggiunti dopo la conclusione del PRI da parte del fisiatra

Setting

È il luogo e il regime in cui viene erogato un programma riabilitativo.

Tipologie: *ambulatoriale** (anche in acqua), *domiciliare**, *semiresidenziale*, *ricovero*

*le più frequentemente appropriate per la persona con SM, ma non sono da escludere casi che richiedano una riabilitazione intensiva

Il team riabilitativo multidisciplinare

Il lavoro avviene in équipe e per obiettivi, seguendo programmi specifici per competenza. Le figure vengono coordinate secondo il PRI, che viene a propria volta monitorato e verificato dal Fisiatra.

Fisiatra, Fisioterapista, Logopedista, Terapista occupazionale, Psicologo, Foniatra, Infermiere della riabilitazione, Assistente sociale, Neuropsicologo