

COUSSINS ERGOTECH

Trouver la meilleure décharge dans la meilleure des postures possibles

Critères généraux

- Localisation(s) :
Si douleur en position assise :
 - Alcock Rest pour Pudendal exclusif +/- suivi de douleur inguinale,
 - Clunéal pour douleur sous-ischiatique +/- pudendaleSi douleur assis ou debout : Autre pour correction posturale car origine rachidienne. Coussin triangulaire si position dynamique lordosante en lombaire tolérée dans le temps
- Type(s) de la douleur (neuropathique et/ou musculaire)
- Stabilité, lieu d'utilisation (voiture / maison ou bureau), morphologie (selon IMC)
- Renouvellement tous les 5 à 7 ans

Prescription

- Les prescripteurs ne savent pas toujours prescrire de façon personnalisée, par méconnaissance de la pathologie...
- Les revendeurs médicaux veulent vendre et ne sont pas toujours bien formés. Ils donnent souvent des bouées ou des coussins anti-escarres. Les revendeurs ergo privilégient la vente de fauteuil à celle des coussins chronophages (30 à 120 min/client, en distanciel. 20 % de retouche pour pudendal, 40 % pour clunéal, 5% en situation d'échec avec besoin d'adaptation présenteielle)
- Il faut du temps pour adapter qu'ils ne prennent pas toujours.
Si douleurs debout et assis, problème postural avec participation + proximale rachidienne (hernie discale, contractures lombo-pelvi-fémorales) ou viscérale → corriger la posture
Si douleurs assis : compression et étirement périnéal
Sans douleur aux WC :
 - Compression sur la colonne vertébrale, détente du psoas (penché en avant) donc liés à des contractures musculaires
- Douleurs qui augmentent au coucher quand les hanches sont tendues (psoas) et augmentation des douleurs rachidiennes
 - Douleurs debout longtemps et piétinement ou couché : lombalgies, d'origine musculaire

Achat

Après 8j d'essai (**Revendeurs dans l'EST**)

- Ergo-France et Azergo (revendeur français n°1). Ce sont des revendeurs ergonomiques qui passent plus de temps avec les patients, pour essayer et faire des modifications simples
- S'il s'agit d'un produit ergotech, le revendeur peut appeler chez eux ou le client lui-même. contact@ergotech.fr ou 02 97 66 04 56

Essai chez Ergotech

- 8 jours d'essai

Problèmes : le plus fréquent c'est la décharge. Des points de compression apparaissent et il faut retravailler l'assise (renvoyés : 20 % P et 40% C). Retour aux frais du patient, réexpédition à la charge de l'entreprise)

Caractéristiques

3 Largeurs : il ne faut pas dépasser du produit !!!

- 36 cm de large : rare même pour les personnes menues ou pour siège baquet de voiture
- 40 de large (femme)
- 45 de large (homme)

2 profondeurs

- 45 de profondeur (obligatoire pour la voiture pour ne pas couper sous les cuisses)
- 40 de profondeur : plutôt à la maison

2 Hauteurs

- 5 cm pour Pudental (5cm de mousse HR ferme ou 2.5 cm HR ferme en Bas et 2.5 cm HR molle en Haut)
- 7.5 cm pour Clunéal inférieur (7.5cm de mousse HR ferme ou 5 cm HR ferme en Bas et 2.5 cm HR molle en Haut)

3 types de fermeté de mousse : Fermeté ressentie comme confortable et tassement de la mousse < 50 % sinon fermeture de l'angle lombo-fémoral. Si mousse trop molle, trop tassée par le poids du corps, la mousse devient un corps dur et la transmission des vibrations est amplifiée

- Entre 18 et 25 d'IMC. Sur mesure, pour IMC > 30
- Fermes : Pudental >80 kg, Clunéal inférieur > 90kg pour permettre le maintien de la posture (IMC>25)
- Molles : Pour IMC normaux, poids de 55 à 80 kg. La mousse inférieure est ferme (2.5 cm pour pudental, 5 cm pour clunéal) et la supérieure est ferme (2.5 cm). La mousse étant moins dynamique, moins d'effort musculaire est à fournir.
pudental entre 55 et 60kg), clunéale (entre 75 et 80kg) : (Un coussin avec une mousse molle qui se tasse est encore pire pour les vibrations (voiture)
- Bultex : poids légers, le bultex est très élastique, exerce une force contraire au poids. Il aide au maintien de la posture.

Fluide dans les pochons

- Produit non dangereux si ingestion ou contact cutané (Norme CODEX, Acide hyaluronique probable), montés sur velcro et déplaçables
- Fluide très visqueux qui bouge tout le temps pour absorber les micro-vibrations (crêtes basses). Les crêtes hautes (les chocs) sont absorbées par la mousse.
- Douleurs du pli génito-fémoral, pochons à latéraliser
- Réfrigérables pour effet antalgique
- Jeu de 5 pochons de remplacement : 105,60€

Coussin voiture

Vis-à-vis des assurances, on n'a pas le droit de modifier le poste de conduite avec un produit fixe. Les coussins amovibles sont donc autorisés.

Le coussin triangulaire permet d'horizontaliser les cuisses. Seuls les SUV ont des assises plates.

Choisir plutôt un 40 si sièges baquets et morphologie fine ou un 45 biseauté (instabilité latérale sur assise hors véhicule).

Les mousses molles absorbent le mieux les vibrations que les Bultex.

EDUCATION A LA SANTE NECESSAIRE :

Explications données aux patients sur :

- Les problèmes vibratoires,
- Contractures musculaires,
- Compression et étirements des nerfs : Le coussin évidé évite la compression mais pas l'étirement du nerf lié à la flexion de hanches
- Posture : Le coussin fonctionne sur l'aspect postural (canapé ça ne marche pas, voiture difficile aussi). Importance d'une posture non effondrée, nécessité d'une posture dynamique et à faire par étapes

FINANCEMENTS

- MDPH : lié à un aménagement de poste. Demande à faire précocement (délai long d'instruction)
 - AGEFIPH: Fonction privée, si RQTH, 80% de remboursement, sans demande de plusieurs devis
Dès qu'il y a une demande, il y a une réaction assez rapide. Demande en ligne facilitée avec CAP EMPLOI (qui montera le dossier de financements). La personne doit appeler alors les fournisseurs.
 - FIPHFP : Fonction publique plus rapide sur demande du médecin du travail même dans le public
- Mutuelles
- Fond extra-légal par la CPAM : il faut une pathologie et un handicap reconnus sans remboursement prévu légalement. Si qualité de vie altérée + actes médicaux + actes para-médicaux, une Affection longue durée hors liste est alors possible. Le fond pourrait alors être débloqué.