

Massage cicatriciel

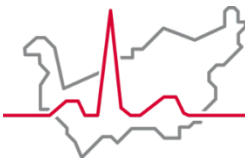
INFORMATION AUX PATIENTS



Secteur médico-thérapeutique | Ergothérapie
Centre Hospitalier du Valais Romand (CHVR)

Vous avez une cicatrice ? Masser régulièrement la cicatrice après une blessure ou une opération est essentiel pour une bonne évolution de celle-ci.

Ce feuillet explique les techniques de massage de cicatrice, pour que les tissus ne collent pas entre eux, que la cicatrice soit fine, souple et non-douloureuse.



Hôpital du Valais
Spital Wallis

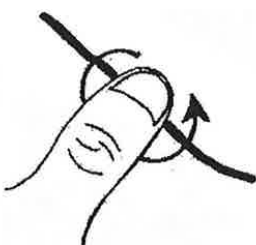
www.hopitalvs.ch | www.spitalvs.ch

Référence : Jucker J. (2011) : Ergothérapie en pathologie de la main, cours de base, EESP.

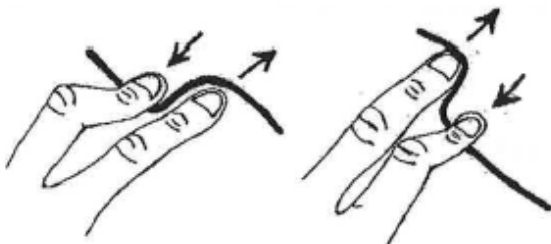
MASSAGE

A n'effectuer qu'avec l'accord de votre thérapeute ou médecin.

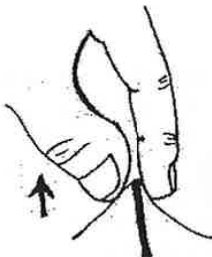
Appliquez une pression légère sur la cicatrice et faites des mouvements circulaires



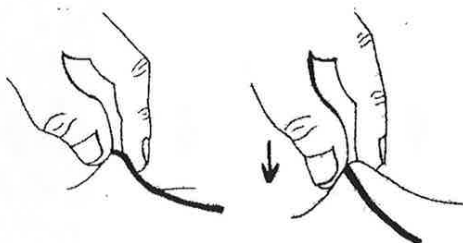
Cisaillez (faites un « S » avec votre cicatrice)



Pincez doucement, rapprochez les berges de la cicatrice



Soulevez la peau et essayez de la faire rouler



Secteur médico-thérapeutique

Service d'ergothérapie

Hôpital de Sierre

Rue St-Charles 14, 3960 Sierre | 027 603 71 63

Hôpital de Sion

Avenue du Grand-Champsec 80, 1951 Sion | 027 603 85 51

Hôpital de Martigny

Avenue de la Fusion 27, 1920 Martigny | 027 603 94 39

Clinique Saint-Amé

Vers Saint-Amé 10, 1890 Saint-Maurice | 027 604 66 29

Hôpital de Malévoz

Route de Morgins 10, 1870 Monthey | 027 604 73 33