Protocole Rééducation Activités FOnctionnelles des Membres Supérieurs 1 = DEBUT de PROGRESSION (PRAFOMS1)

(version à imprimer 271218)

Nom du patient :	Prénom :	Age :	Nom de l'examinateur :

Tous les exercices ne sont pas à effectuer : cibler quelques exercices susceptibles d'aboutir à une progression. Si possible un exercice dans chaque rubrique.

Les exercices choisis seront effectués et quantifiés à chaque séance de rééducation pour favoriser le réentraînement, mais la fiche ne sera remplie qu'en début de prise en charge, puis environ tous les 15 jours

ALIMENTATION

	date 1	date 2	date 3	date 4	date 5
Prendre un morceau (pain ou biscuit) et le porter à la bouche pour manger. Cotation : nombre de morceaux					
Avec aide technique					
Sans aide technique					
Manger la purée ou la compote avec une cuillère Cotation : nombre de cuillerées					
Avec aide technique					
Sans aide technique					
Manger la soupe (liquide) avec une cuillère sans renverser Cotation : nombre de cuillerées					
Avec aide technique					
Sans aide technique					
Porter à la bouche des aliments faciles à piquer (grosses frites par exemple) avec une fourchette Cotation : nombre de répétitions					
Avec aide technique					
Sans aide technique					
Couper la viande (ou objet similaire par exemple pate à modeler) avec couteau et fourchette Cotation : nombre de répétitions					
Avec aide technique					
Sans aide technique					

Activités ménagères

	date 1	date 2	date 3	date 4	date 5
Charger un lave-vaisselle (assiettes, verres, couverts, plats...) Cotation : nombre d'objets transportés (sans chute d'objets)					
Assis sur un fauteuil roulant					
Debout					
Laver la vaisselle à la main (assiettes, verres, couverts, plats...) Cotation : nombre d'objets lavés					
Assis sur un fauteuil roulant					
Debout					
Faire son lit (mettre les draps, les couvertures, le couvre-lit…) Cotation : 1 = réalisation minime / 3 = partiel / 4 = grosso modo / 5 = avec tous les détails					
Assis sur un fauteuil roulant					
Debout					

Commentaires ou modifications à apporter aux exercices :

HABILLAGE

	date 1	date 2	date 3	date 4	date 5
Mettre et enlever son manteau ou anorak (sans les boutonner) Cotation : nombre de répétitions					
Assis					
Debout					
Mettre et enlever son pull-over Cotation : nombre de répétitions					
Assis					
Debout					
Mettre chaussettes et chaussures sans les lacer et les enlever Cotation : nombre de répétitions					
Assis					
Debout					
Lacer et délacer ses chaussures Cotation : nombre de répétitions					
Assis					
Debout					
Enlever et remettre son pantalon Cotation : nombre de répétitions					
Assis					
Debout					
Boutonner et déboutonner Cotation : nombre de répétitions					
Gros boutons					
Petits boutons					
Mettre et enlever une montre au poignet Cotation : nombre de répétitions					
Assis					
Debout					

TOILETTE

	date 1	date 2	date 3	date 4	date 5
Ouvrir le robinet, se rincer les mains, les sécher, refermer Cotation : nombre de répétitions					
Aide technique					
Sans aide technique					
Entrer dans la douche, prendre le pommeau, le reposer et sortir Cotation : nombre de répétitions					
Assis					
Debout					

SOINS DE L'APPARENCE

	date 1	date 2	date 3	date 4	date 5
Se peigner Cotation : nombre de répétitions					
Assis					
Debout					
Porter un tube à la bouche, faire mine de se maquiller et le reposer délicatement. Cotation : nombre de répétitions					
Assis					
Debout					
Porter le rasoir électrique au menton, faire mine de se raser et le reposer délicatement. Cotation : nombre de répétitions					
Assis					
Debout					
Se couper les ongles des mains Cotation : nombre d'ongles coupés					
Aide technique					
Coupe-ongles ou ciseaux					
Se couper les ongles des pieds Cotation : nombre d'ongles coupés					
Aide technique					
Coupe-ongles ou ciseaux					

ACTIVITES USUELLES

	date 1	date 2	date 3	date 4	date 5
Envoyer un SMS de 10 caractères à partir d'un smartphone Cotation : nombre de répétitions					
Aide technique					
Sans aide technique					
Ecrire avec un stylo Cotation : nombre de lignes					
Stylo ergonomique					
Stylo normal					
Plier en 4 une feuille de papier A4 et la mettre dans une enveloppe Cotation : nombre de répétitions					
Avec appui sur une table					
Sans l'aide d'une table					
Saisir des objets usuels (cuillère, crayon, pièces de monaie, etc...) et les mettre dans une boite. Cotation : nombre d'objets					
Gros objets faciles à saisir					
Petits objets difficiles à saisir					