

FICHE D'INFORMATION PATIENT

Information des patients avant une séance de cryothérapie

Qu'est-ce que la cryothérapie ?

La cryothérapie Corps Entier (CCE) est un traitement par le froid.

Pourquoi la cryothérapie ?

La CCE utilise l'action du froid en produisant un effet antalgique et anti-inflammatoire sur tout le corps. Elle est utilisée dans différents domaines :

- **Sportif** : récupération après blessures, préparation et récupération des conditions physiques, avant et après la saison, amélioration des performances.
- **Médical** : rhumatologie (maladies rhumatismales, fibromyalgie, douleurs musculaires, arthrose), traumatologie (blessures, coups, entorses, tendinopathies, état post-opératoire), neurologie (spasticité, migraines, céphalées, troubles du sommeil) et dermatologie (psoriasis, eczéma, neurodermite).
- **Bien-Être** : fatigue, anxiété, stress, dépression, sommeil, jet lag...

Comment se déroule une séance et les cures de Cryothérapie ?

La séance dure de 1,30 mn à 3 minutes maximum à des températures variant entre **-130 °F / -195 °C**. Le protocole sera adapté en fonction de l'objectif à atteindre et de votre pathologie.

Certaines précautions sont nécessaires avant séance :

- Pas d'activité sportive 30 mn avant la séance
- Pas de douche, pas de bain 30 mn avant la séance
- Enlever tout dépôt de crème ou autre huile sur le corps
- Enlever tout objet métallique (bijoux, piercing...)
- S'assurer qu'il n'y a pas de sudation.

Quelle est la conduite à tenir après une séance de cryothérapie ?

- Pas d'activité sportive 30 mn après la séance,
- Pas de douche, pas de bain 30 mn après la séance.



La Cryothérapie est-elle interdite à certaines personnes ?

Certaines personnes ne peuvent faire des séances de cryothérapie que sous réserve d'un accord de leur médecin traitant et d'un suivi spécifique, notamment dans le cas de :

Troubles du rythme cardiaque
Artériopathie de stade 1 ou 2
Grossesse sup à 4 mois
Cardiopathie ischémique
Claustrophobie

Insuffisance valvulaire
Syndrome de Raynaud
Rétrécissement valvulaire
Polyneuropathie

La Cryothérapie peut être même interdite en cas de :

Infarctus du myocarde inférieur à 6 mois
Artériopathie de stade 3 ou 4
Anémie profonde
Infection profonde aiguë
Insuffisance respiratoire ou circulatoire
Thrombose veineuse profonde
Allergie au froid
Prise d'alcool ou de drogues

Angine de poitrine
Infections respiratoire aiguë
Cryoglobulinémie
Hypertension artérielle non contrôlée
Pacemaker
Coliques néphrétiques
Infection cutanée aiguë bactérienne ou virale



FICHE D'INFORMATION PATIENT

Ce document constitue une notice explicative des risques et bénéfices de la technique de Cryothérapie que vous souhaitez réaliser.

Il constitue une décharge de responsabilité de la personne qui vous prend en charge et qui a commenté ces informations générales, en les adaptant à votre situation particulière.

Je soussigné(e) M / Mme -----

Domicilié(e) à -----

Reconnais que la nature de la Cryothérapie ainsi que ses risques et avantages m'ont été expliqués en termes que j'ai compris, et qu'il a été répondu de façon satisfaisante à toutes les questions que j'ai posées.

Je suis informé (e) que dans le cas de prise de drogue ou d'alcool, toute séance de Cryothérapie est formellement interdite.

Fait à -----

Le -----

Signature du patient

Cachet et signature
Du centre Cryoventoux