

# LE STRESS OXYDATIF



# **ETUDE EN FIBROMYALGIE**



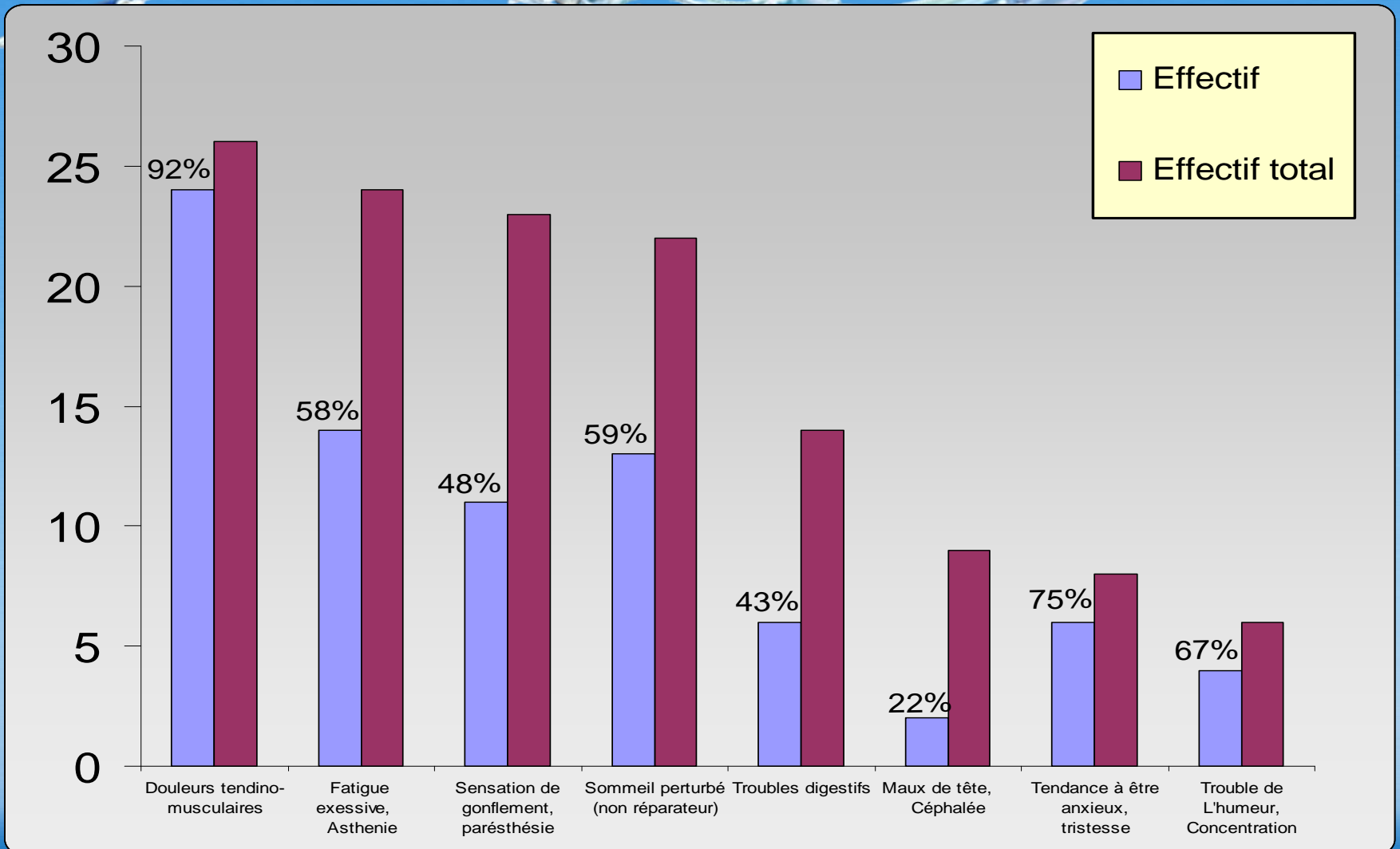
**1ère étude** : réalisée en Mars 1998, elle a porté sur deux groupes :

**Groupe A** : 26 curistes ayant bénéficié d'une Cure de thalassothérapie.

**Groupe B** : 21 curistes ayant bénéficié d'un Séjour au Bel Azur + Aquagym seulement.

Dans les 2 groupes, nous avons constaté, à des taux complètement différents au profit des curistes évidemment, une diminution des symptômes et signes accompagnateurs de la fibromyalgie.

# Résultats immédiats (3ème semaine de séjour)



# **Spa treatment for primary fibromyalgia syndrome: a combination of thalassotherapy, exercise and patient education improves symptoms and quality of life**

**T. R. Zijlstra<sup>1</sup>, M. A. F. J. van de Laar<sup>1,2</sup>, H. J. Bernelot Moens<sup>1</sup>,  
E. Taal<sup>2</sup>, L. Zakraoui<sup>3</sup> and J. J. Rasker<sup>1,2</sup>**

**....indicating that apart from the non-specific ‘holiday effect’ there is also a specific treatment effect involved.**

**In conclusion, a combination of thalassotherapy, exercise and patient education can produce significant subjective improvement in patients with FM, lasting for 3–6 months.**



# **Spa treatment for primary fibromyalgia syndrome: a combination of thalassotherapy, exercise and patient education improves symptoms and quality of life**

**T. R. Zijlstra<sup>1</sup>, M. A. F. J. van de Laar<sup>1,2</sup>, H. J. Bernelot Moens<sup>1</sup>, E. Taal<sup>2</sup>, L. Zakraoui<sup>3</sup> and J. J. Rasker<sup>1,2</sup>**

**Aerobic exercises performed in sea water (thalassotherapy) should be a safe and of low-impact therapeutic option for patients with FM.**

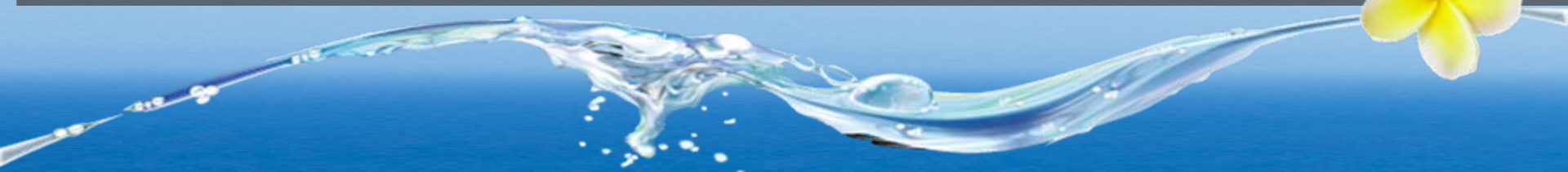
**Minor adverse events such as First-degree burn by Portuguese caravel are expected in a sea tropical environment causing some patients to occasionally skip a thalassotherapy Session.**



# Éternellement hydrothérapie



# *Oxygénation et lâcher prise*





**LA THALASSOTHERAPIE EN TUNISIE**

**UN PARI ENTRE INNOVATION ET ORIGINALITÉ**

---

**Présenté par : Dr Sadok Gahbiche**

---



**MERCI POUR VOTRE ATTENTION**