

Les bénéfices de la cure thermale pour la fibromyalgie

Une cure thermale fibromyalgie contre les douleurs

La **cure thermale** entre dans le protocole multidisciplinaire contre la fibromyalgie.

Il permet :

- d'obtenir de bons résultats au niveau :
 - des douleurs musculotendineuses,
 - de la raideur articulaire,
- une meilleure prise en charge psychologique.

Pour en savoir plus, visitez notre site spécialisé Thalasso

Cure thermale fibromyalgie et traitements naturels

La cure thermale fibromyalgie est l'un des traitements naturels les plus prisés par les patients adeptes de médecines douces.

La cure thermale fibromyalgie vient compléter les traitements naturels de la fibromyalgie tels que :

- l'acupuncture,
- la phytothérapie,
- l'oligothérapie,
- la naturopathie.
-

Le déroulement d'une cure thermale fibromyalgie

Réapprendre l'effort physique

La cure thermale vient désormais s'ajouter à la cure thermale rhumatologie. Les centres de cure ont mis en place un parcours adapté aux fibromyalgiques afin de les réhabiliter de façon progressive à l'effort physique.

Les points forts de l'effort physique d'une cure thermale pour traiter la fibromyalgie sont nombreux :

- une moindre appréhension de la douleur,
- la réappropriation de son corps,
- une amélioration de la qualité du sommeil,
- une meilleure estime de soi.

Des soins thermaux adaptés

La cure thermale fibromyalgie permet de diminuer l'intensité des tensions musculaires grâce :

- aux séances de gymnastique douce en piscine chauffée,
- aux soins de balnéothérapie :
 - douche térébenthinée,
 - application de boue,
 - étuves locales,
- aux différents massages et hydrokinésithérapie,
- aux séances de relaxation.