

DOULEURS CHRONIQUES

**Vous avez tout essayé,
mais rien ne fonctionne...**

**La douleur ne vous quitte pas.
Elle vous épuise.**

Et personne ne semble vraiment comprendre...

**La Thérapie Brève
selon l'École de Palo Alto
peut vous aider à soulager
durablement les douleurs chroniques**

**Consultation à Strasbourg,
à domicile (sur l'Eurométropole),
ou en visioconférence.**

Polyarthrite, fibromyalgie, endométriose, névralgie,
pudendalgie, migraines, céphalées de tension...
Ou toutes douleurs récurrentes sans cause apparente.

- Aucune solution ne vous soulage.
- Le corps médical n'a plus de pistes à proposer, et peut-être même s'agace.
- Vos proches ne savent plus quoi faire.
« Arrête de geindre... », « Tu exagères... »,
« Fais un effort... » sont des réponses
que vous avez peut-être déjà entendues.

On vous a peut-être dit :

- « Tout est normal sur vos examens. »
- « Vous n'avez aucune raison d'avoir mal. »
- « Vous êtes déjà au maximum des doses d'antidouleur. »
- « C'est dans votre tête. »

Sauf que non,
vous savez que la douleur est bien réelle.
Elle est là, dans votre corps.
Présente, constante, épuisante.

Et avec elle, une solitude immense...
Du découragement, de la tristesse, ou de la colère
d'être à ce point incompris(e).

Que faire quand toutes les solutions sont épuisées ?

La douleur n'est pas dans la tête,
elle est bien dans le corps.

Mais lorsque elle devient chronique,
la tête peut largement aider à la soulager.

On ne peut pas faire disparaître la maladie...

**Mais la Thérapie Brève
selon l'école de Palo Alto,
fondée sur une théorie solide et rigoureuse,
peut vous aider à soulager durablement
les douleurs chroniques.**

Comment ?

- **En agissant sur votre relation avec la douleur.**
- **En modifiant la manière dont vous la percevez.**

Une approche :

Brève Dans le temps et dans le nombre de séances :
10 séances maximum.

Systémique Elle prend en compte la personne,
ses émotions, mais aussi les contextes et les personnes
présentes lorsque la douleur apparaît.

Stratégique Elle propose à la personne,
actrice du changement, des actions concrètes
à mettre en place entre les séances
pour accéder à des solutions nouvelles
et soulager la douleur plus rapidement.

Non-médicamenteuse

Consultation :

2 rue des Prés
67100 STRASBOURG,

à domicile, ou en visioconférence.

06 83 76 15 38

simon.leroux.therapie@gmail.com