

Equipe intervenante

- Cardiologue : Docteur Pierre BONNAUD
- Cadre de santé : Patricia RIVIERE
- Infirmières : Marie-Laure BOUTANT, Christine APUZZO, Marie-Françoise NEILLAT
- Kinésithérapeutes : Julien COLLIN, Stéphane COUBRET
- Professeur d'activité physique adaptée : Emilie PARIS
- Diététicienne : Jocelyne DORE
- Psychologue : Sophie LEYMARIE
- Assistante sociale : Audrey DESLANDES
- Secrétaire : Claire GARAUD-MALABRE

Rappel

Veillez vous munir :

- d'une tenue de sport avec des chaussures adaptées
 - de votre dernière ordonnance
- Vous disposerez d'un vestiaire équipé de douches.

« Votre implication est l'étape indispensable à la réussite de votre remise en condition physique et morale. La poursuite régulière de l'activité physique et des règles hygiéno-diététiques sera la condition essentielle d'une santé retrouvée ».

Lieu : 3^{ème} étage - Ascenseur B - CHU Limoges

Contact : 05 55 05 87 09

secretariat.hdj.readaptation.cardiaque@chu-limoges.fr

Horaires : du lundi au vendredi de 9h à 16h30

Centre hospitalier universitaire de Limoges

2, avenue Martin Luther King - 87042 Limoges cedex

Tél. : 05 55 05 55 55

www.chu-limoges.fr



UNITE DE SOINS DE SUITE
DE READAPTATION CARDIOVASCULAIRE
REENTRAINEMENT A L'EFFORT
EDUCATION THERAPEUTIQUE



CARDIO_DS-006A - PAO 03-01



Cardiologie



Centre hospitalier universitaire
Limoges



Vous allez bénéficier d'un programme de réadaptation cardiovasculaire dans notre service.

Pourquoi ?

► Pour retrouver une meilleure condition physique, mentale, sociale afin d'améliorer votre état de santé.

Pour qui ?

► Vous venez de faire un événement cardiaque, vous êtes atteint d'insuffisance cardiaque ou vous avez été opéré du cœur.

Quand ?

► Suite à votre hospitalisation, un retour à domicile est nécessaire. Par la suite, en fonction des places disponibles en réadaptation cardiaque, l'équipe vous contactera pour programmer la première épreuve d'effort (*avec ou sans mesure des échanges gazeux selon votre pathologie*) ainsi que la première consultation avec le cardiologue.

Avant de débiter cela, nous vous conseillons de reprendre au moins la marche quotidienne ainsi que les activités domestiques calmes. Vous ne devez pas reprendre des activités de force.

Comment ?

Le programme comprend :

- Une consultation et une épreuve d'effort (*ou une VO₂*) de début.
- 19 séances de réentraînement à l'effort (*adaptées à votre condition*) avec des exercices musculaires ciblés, exercices sur vélo ou tapis, séances d'exercice physique adapté.
- Un programme d'éducation thérapeutique comportant :
 - un bilan initial personnalisé avec un diagnostic éducatif
 - des ateliers d'éducation thérapeutique vous permettant de comprendre et de mieux gérer au quotidien votre maladie :
 - photo-expression
 - maladie cardiovasculaire / insuffisance cardiaque
 - facteurs de risque
 - traitements
 - diététique
 - activité physique adaptée
 - défibrillateur automatique implantable
 - sevrage tabagique
 - gestion du stress.
- Un accompagnement et une évaluation du retour à la vie professionnelle peuvent être réalisés.

Des examens complémentaires (échographie, Doppler, scintigraphie...) peuvent être effectués si nécessaire.

