

L'infirmière :

Mlle GUILLAUME Angélique

Elle est présente du lundi au vendredi.

Elle assure l'information sur les anticoagulants et sur les antiagrégants plaquettaires et vous aide à comprendre votre traitement et votre maladie.

Le Médecin comportementaliste :

Dr CONSTANT COLLOMB Martine

Elle vous rencontrera si vous le désirez pour mieux aborder votre maladie.

Elle anime les séances collectives sur la gestion du temps et du stress, ainsi que sur le comportement alimentaire. Par le biais d'un atelier sur le goût, elle abordera avec vous « l'aliment autrement ».

L'INFIRMIÈRE SOPHROLOGUE :

Mme PACHECO Fanny

Elle anime des séances collectives pour vous apprendre à vous détendre et vous relaxer.

Les assistantes Sociales :

Mme LOUCHENI Farida

Mme RADZIEWICZ Magali

Elles sont à votre disposition pour vous aider dans vos démarches administratives.



QUELS BÉNÉFICES ?

Votre participation active est un élément essentiel de la réadaptation.

En devenant responsable et acteur de la gestion de votre maladie et de votre hygiène de vie, vous allez :

- ▼ apprendre (réapprendre) à pratiquer une activité physique adaptée à vos possibilités et vos envies en toute sécurité et avec plaisir
- ▼ découvrir les bienfaits d'une alimentation saine et équilibrée
- ▼ contrôler vos facteurs de risque par le biais de tables rondes animées par une équipe multidisciplinaire
- ▼ partager vos émotions et vos expériences lors de discussions
- ▼ trouver des solutions personnalisées aux questions relatives à votre maladie
- ▼ rencontrer d'autres personnes vivant une affection semblable à la vôtre.

COMMENT ?

Horaires d'ouverture : de 9h30 à 15 h

L'hospitalisation en ambulatoire permet au patient de conjuguer vie privée / professionnelle et réadaptation cardiovasculaire.

Cette souplesse permet également **d'intégrer l'éducation thérapeutique du patient dans son quotidien.**

Démarches administratives :

L'admission dans le programme nécessite un accord du Cardiologue référent du programme de Rééducation et la présentation de la carte vitale à jour et d'une pièce d'identité.

Octobre 2019



SAINT BASILE
PÔLE DE SOINS DE SUITE
ET DE READAPTATION

Programme de Réadaptation Cardiovasculaire *En ambulatoire*

Prise en charge Spécialisée des affections
cardiovasculaires



DÉPARTEMENT DE CARDIOLOGIE

Madame BESSON : 04.97.16.66.06
122 avenue du Docteur Maurice Donat
06250 MOUGINS
Fax : 04-97-16-66-88

PÔLES

CHIRURGIE

MEDECINE

SOINS DE SUITE ET READAPTATION

DESTINATION SANTÉ !

La réadaptation cardiovasculaire a pour but de permettre au patient qui vient de présenter un incident cardiaque aigu de retrouver une vie aussi normale que possible, en rapport avec ses possibilités physiques et psycho-sociales. Elle veille aussi à la correction des facteurs de risque.

La réadaptation cardiovasculaire nécessite une prise en charge multidisciplinaire.

Pour assurer une telle prise en charge, le Pôle de Soins de Suite et de Réadaptation Saint Basile dispose de plusieurs Cardiologues, de Médecins Psychiatres, de Kinésithérapeutes, d'une infirmière coordinatrice, d'une Diététicienne, d'une Sophrologue et d'Assistantes sociales.

Le Centre dispose d'un espace spacieux et d'un parcours de marche, dotés d'équipements modernes qui permettent la réadaptation ambulatoire collective.

Pour qui ?

La réadaptation cardiovasculaire s'adresse à toute personne ayant subi un **événement cardiaque récent** tel que:

- ▼ Infarctus du Myocarde
- ▼ Angioplastie coronaire
- ▼ Chirurgie cardiaque

Ou souffrant d'une

- ▼ Insuffisance cardiaque chronique
- ▼ Artérite oblitérante chronique des membres inférieurs

Pourquoi ?

La pratique régulière d'une activité physique, une alimentation et un mode de vie équilibrés réduisent le risque de rechute de la maladie coronarienne et diminuent celui de nouveaux événements cardiaques.

La réadaptation améliore la qualité de vie et permet un meilleur contrôle des facteurs de risque que sont:

- ▼ le tabagisme
- ▼ l'hypertension artérielle
- ▼ le cholestérol élevé
- ▼ le diabète
- ▼ la sédentarité
- ▼ l'excès de poids
- ▼ le stress.

Le programme

Rééducation cardiovasculaire

Les 20 séances prévues sont dirigées par un kinésithérapeute avec la participation d'une infirmière, sous la surveillance d'un Cardiologue.

Selon les protocoles de prise en charge établis par l'équipe médicale, la rééducation cardiaque s'effectue par :

- ▼ Un travail personnalisé sur bicyclette ergométrique et/ou tapis roulant,
- ▼ Un travail de gymnastique douce adapté à chacun

Séances d'éducation collective

Elles permettent de connaître les précautions à prendre sous antiagrégant plaquettaire, de prévenir les accidents iatrogènes aux AVK, de connaître et de maîtriser l'utilisation du carnet de surveillance.

C'est aussi l'occasion d'apprendre à gérer son temps et son stress, à se relaxer et d'adapter son comportement alimentaire.

ÉQUIPE DU PROGRAMME DE RÉADAPTATION CARDIOVASCULAIRE EN AMBULATOIRE

Les Médecins Cardiologues :

*Dr BOSSAN SERGE
Dr COUTELOUR JEAN MARC
Dr MARTIN-TEULE CEDRIC
DR LANFRANCHI PHILIPPE
DR GAGLIARDI LAURA*

Un Médecin est toujours présent lors des séances de réadaptation. Il règle les problèmes médicaux qui peuvent survenir, adapte votre traitement et peut répondre aux questions que vous vous posez.

Une **épreuve d'effort** et une échographie cardiaque sont prévues en début et fin de séjour.

A l'issue de ces examens, le Cardiologue fixe avec vous les modalités de la réadaptation.

Les Kinésithérapeutes :

*Mme ADELUS Sophie
Mr BEILLON Grégory
Mr ROMEO Jean-Philippe*

Les séances de rééducation ont lieu du lundi au Vendredi de 14 h à 15 h en présence d'un kinésithérapeute, d'un Cardiologue et d'une infirmière du service.

Les kinésithérapeutes organisent une séance collective d'exercices respiratoires sur un parcours de marche de 10h à 11h.

La diététicienne :

Mme MAGIORANI Liliane

Elle anime les séances collectives d'informations diététiques. Plus que de simples conseils, ces séances doivent vous permettre d'acquérir un meilleur équilibre alimentaire.

En collaboration avec le Docteur CONSTANT-COLLOMB, elle assure des ateliers sur le comportement alimentaire.

La présence de votre entourage est la bienvenue.