

Institut Universitaire de réadaptation Strasbourg Ugecam Alsace



Comprendre et mieux vivre avec son cœur

PUBLIC CIBLE

Patients présentant une pathologie cardio-vasculaire (hors AVC), à partir de 18 ans, qui nécessitent un accompagnement dans la compréhension de leur maladie, leurs traitements et leur mode de vie.

Notamment : toute maladie coronaire, insuffisance cardiaque, pathologie vasculaire chronique, cardiopathies, chirurgie cardiaque.

LIEUX DE MISE EN OEUVRE

Institut Universitaire de Réadaptation
Clémenceau

10, avenue Achille Baumann

67400 Illkirch-Graffenstaden

INTERVENANTS

- Programme dispensé par une équipe pluridisciplinaire spécialisée en réadaptation cardiovasculaire :
 - Psychologue
 - Soignants : IDE, IPA
 - Kinésithérapeutes
 - EAPA
 - Médecin
 - Diététicienne

MODALITES PRATIQUES

Les patients sont admis en Hôpital de Jour de réadaptation cardiovasculaire pour :

- Une durée moyenne de 8 semaines
- Sur une alternance de 2 à 3 demi-journées hebdomadaires, matin ou après midi
- Ateliers principalement en collectif mais également en individuel si nécessaire ou souhaité

MODALITES D'INCLUSION

L'admission peut être proposée :

Par les médecins libéraux : cardiologue, médecin traitant ou autre spécialiste.

Par un médecin hospitalier

Chirurgiens cardiovasculaires

Après une hospitalisation, une intervention cardiovasculaire ou dans le cadre du suivi habituel à l'occasion d'une consultation médicale

Les demandes peuvent être adressées :

Via mail, téléphone, formulaire de demande de prise en charge ou via Trajectoire

ATELIERS

- Comprendre sa maladie cardiovasculaire et mieux connaître ses traitements (fonctionnement du cœur normal et malade, rôle des médicaments)
- Savoir identifier les facteurs de risque cardiovasculaire
- Hypertension artérielle et apprentissage de l'automesure tensionnelle.
- Nutrition et santé cardiovasculaire (les bases d'une alimentation équilibrée, l'eau, le sucre, les matières grasses, lecture des étiquettes et conseils pratiques)
- Bienfaits de l'activité physique, combien d'activité physique par jour ? comment choisir son activité physique adaptée et la maintenir dans la durée ?
- Gestion du stress et qualité de vie (stress et santé cardiovasculaire, techniques de respiration et cohérence cardiaque, motivation et maintien des changements de mode de vie)

INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES

Un livret d'éducation thérapeutique est remis à tous les participants afin de faciliter le suivi du programme et de pouvoir s'y référer pour la poursuite des conseils à domicile.

CONTACT

Contactez le secrétariat de l'hôpital de jour au 03.68.00.35.13
Mail : hdj.iurc.cardiologie.ug-alsace@ugecam.assurance-maladie.fr