

Clinique de l'Orangerie- RECOR



Education thérapeutique des patients insuffisants cardiaques à RECOR

PUBLIC CIBLE

- Patients insuffisants cardiaques stabilisés sur le plan clinique, adressés par l'hôpital au décours d'une hospitalisation, ou par leur cardiologue, ou par leur médecin traitant, quel que soit leur âge, l'ancienneté, le stade et l'évolution de leur maladie.

LIEUX DE MISE EN ŒUVRE

Clinique de l'Orangerie à Strasbourg

-
Service RECOR

MODALITES PRATIQUES

- Participation à des ateliers collectifs par petits groupes de 9 patients maximum (durée 45 minutes), à raison de 2 à 3 par semaine, et s'intégrant dans une séance de réadaptation cardiaque ;
- Suivi individuel avec la diététicienne et avec une infirmière du service ;
- +/- suivi individuel avec la psychologue du service si souhaité par le patient.

MODALITES D'INCLUSION

Le patient porteur d'une insuffisance cardiaque, admis en hôpital de jour à RECOR, est inclus dans le programme lors de ses séances de réadaptation cardiaque.

ATELIERS

Connaissance de la maladie: L'insuffisance cardiaque- Les facteurs de risque cardiovasculaire- Comment réagir en cas de douleur thoracique - Les médicaments dans l'insuffisance cardiaque - L'hypertension artérielle.

Diététique : Repérer et diminuer le sel dans mon alimentation - Bien manger- Lecture des étiquettes- Composer ses repas - Mieux choisir ses graisses - Les glucides - Stress et alimentation - Les repères de consommation.

Activité physique: Activité physique au quotidien - Les 10 règles d'or en Activité Physique et Sportive - Le sport après RECOR.

Psychologie : La gestion du stress - Séances de relaxation- Groupes de parole.

INTERVENANTS

2 cardiologues, 4 infirmières, 1 diététicienne, 2 psychologues, 1 enseignant en activités physiques adaptées, 1 kinésithérapeute

CONTACT

Dr Marie LEVY

recor.ora@elsan.care - 03 90 22 21 21