

Groupe A

S'adresse aux personnes qui viennent de subir un événement cardiaque.

Du lundi au vendredi: de 8h30 à 11h30.

Groupe B

S'adresse aux personnes ayant une insuffisance cardiaque chronique.

Lundi, mercredi et vendredi: de 10h30 à 12h.



Pour combattre l'infarctus et l'athérosclérose, rejoignez-nous sur www.elips.ch.



Avec le soutien de la Fondation GECOR. www.cardiology-geneva.ch.



Hôpital Beau-Séjour

26, av. Beau-Séjour
CH-1211 Genève 14

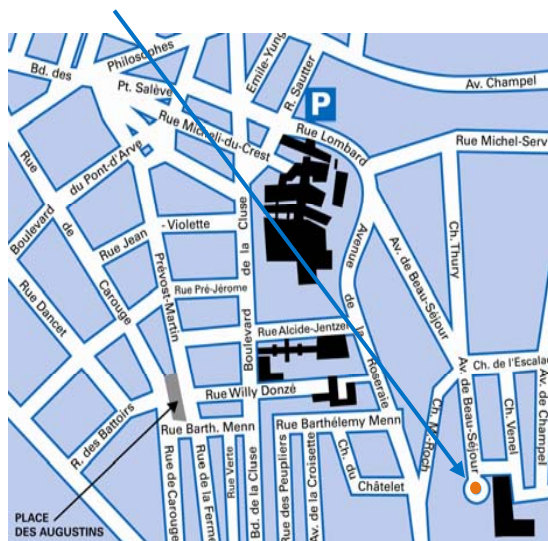
Le programme de réadaptation cardiaque ambulatoire est placé sous la responsabilité du Dr Jean-Jacques Perrenoud.

Pour tout renseignement ou demande de rendez-vous, contactez le secrétariat du service de cardiologie des HUG (du mercredi au vendredi):
Tél. 022 372 37 43

Desserte par les TPG

Ligne 35, arrêt Beau-Séjour
Ligne 1, arrêt Reverdin
Ligne 3, arrêt Calas

Plan d'accès



Service de cardiologie
et physiothérapie

**Programme
de réadaptation
cardiaque ambulatoire
Hôpital Beau-Séjour**

DMI-Réadap.Card.Vasc. - Novembre 2007



Quels bénéfices?

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

Pourquoi?

La pratique régulière d'une activité physique, une alimentation et un mode de vie équilibrés réduisent le risque d'apparition 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.

Quelles prestations?

Activités individuelles et en groupe

Après une évaluation initiale par un médecin qui s'entretient avec vous des bénéfices et des risques, vous débutez une réadaptation personnalisée sous supervision médicale.

Suite à un événement cardiaque récent (groupe A):

- activités individuelles et en groupe proposées par un physiothérapeute et un maître de sport: gymnastique, piscine, relaxation, marche
- activités sportives adaptées
- tables rondes bi-hebdomadaires avec une équipe multidisciplinaire: médecin, physiothérapeute, maître de sport, diététicienne, infirmière
- programme sur 6 semaines, 5 jours/semaine.



Insuffisance cardiaque chronique (groupe B):

- activités individualisées en groupe proposées par un physiothérapeute et un maître de sport: gymnastique, marche
- programme sur 12 semaines, 3 jours/semaine.

Quels objectifs?

Education thérapeutique

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.

