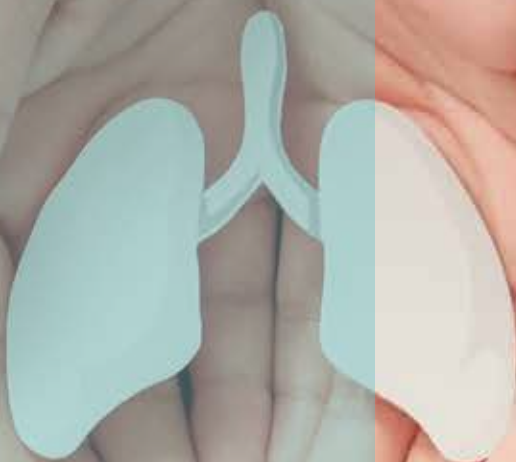




**HÔTEL-DIEU
DE FRANCE**
Centre Hospitalier Universitaire



**Unité de
réhabilitation respiratoire**

Qu'est-ce qu'une réhabilitation cardiorespiratoire ?

C'est une intervention qui repose sur des évidences scientifiques formelles et fortes - compréhensive individualisée basée sur une évaluation approfondie du patient suivie de thérapies adaptées et conçues pour améliorer la condition physique et psychologique des personnes atteintes de maladies cardio-respiratoires chroniques, dans le but de promouvoir une adhésion à long terme à des comportements améliorant la santé.

C'est quoi le principe ?

Les patients porteurs de pathologies respiratoires et cardiaques chroniques diminuent progressivement leur activité physique parce que tout exercice musculaire génère ou aggrave leur dyspnée.

Le déconditionnement lié à la sédentarité est alors inéluctable.

Quels sont les objectifs ?

C'est une prise en charge globale qui permet :

- L'optimisation de votre traitement.
- La réduction de vos problèmes d'essoufflement.
- L'accroissement de vos performances à l'effort dans les activités de tous les jours.
- La diminution du nombre et de la sévérité des exacerbations.
- L'amélioration de votre qualité de vie.
- L'amélioration, la stabilisation de la maladie respiratoire.
- L'amélioration de votre qualité de vie.

Pourquoi l'HDF ?

- Un centre attrayant, bien aménagé.
- Un grand plateau technique de nouvelles technologies.
- Une équipe pluridisciplinaire dédiée.

Par qui ?

L'équipe formée d'un pneumologue spécialisé, d'un médecin physique, de kinésithérapeutes, d'inhalothérapeutes, de psychologue, de diététiciennes et d'une assistante sociale, utilise les dernières techniques de rééducation et d'évaluation cardiorespiratoires.

Comment ça se déroule ?

La réhabilitation respiratoire se déroule en mode « ambulatoire », c'est-à-dire pendant 10-20 demi-journées, 3 à 5 fois par semaine.

Phase 1 : Consultation et bilan

Tout patient bénéficie dans un premier temps d'une consultation avec le pneumologue qui s'assure de la pertinence ou non du stage, de l'absence de contre-indications et pratique un premier diagnostic éducatif informel. Ce bilan permettra de mettre en place un programme individualisé et adapté à chaque patient quelle que soit la pathologie primaire et sa gravité.

- Examen clinique.
- EFR.
- Test de marche de 6mn.
- Échographie Cardiaque.
- Épreuve d'effort cardio respiratoire.
- Évaluation diététique.
- Questionnaires spécifiques pour évaluer la dyspnée et le retentissement psychologique et sur la qualité de vie.

Suite à ce bilan, notre pneumologue vous prescrit votre protocole de réhabilitation, renseigne ses prescriptions sur votre dossier et réalise une synthèse à l'équipe multidisciplinaire.

Phase 2 : Séances de réhabilitation

Durant vos séances, vous serez amené à être pris en charge en :

- Kinésithérapie respiratoire.
- Activité physique adaptée dans un contexte ludique.
- Réentraînement à l'effort par un travail en endurance personnalisé.
- Réhabilitation nutritionnelle : enquête alimentaire, bilan lipidique, contrôle du poids et de l'impédancemétrie.
- Étude du sommeil si besoin.
- Éducation thérapeutique : chaque membre de l'équipe de soins intervient.
- Rencontre avec le tabacologue si vous êtes fumeur.
- Prise en charge individuelle par la nutritionniste et/ou par la psychologue proposée si le patient la nécessite ou en fait la demande.

La surveillance de la saturation en oxygène durant l'exercice, de la pression artérielle et du rythme cardiaque (au besoin), permet de réaliser ce programme sous oxygène ou même ventilation non invasive si besoin.

Phase 3 : Sortie et suivi

A la fin de notre programme, une évaluation est réalisée.

Une rencontre avec le pneumologue clôture le stage et ce dernier valide vos acquis. Vous pourrez repartir avec des recommandations sur la poursuite de votre prise en charge avec des documents adaptés.





www.hdf.usj.edu.lb -     Hôtel-Dieu de France