

MALADIE ATHEROMATEUSE



CONTENU DU PROGRAMME

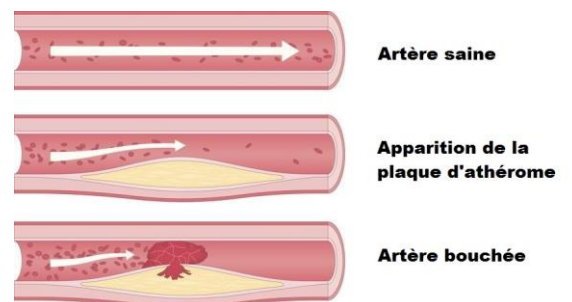
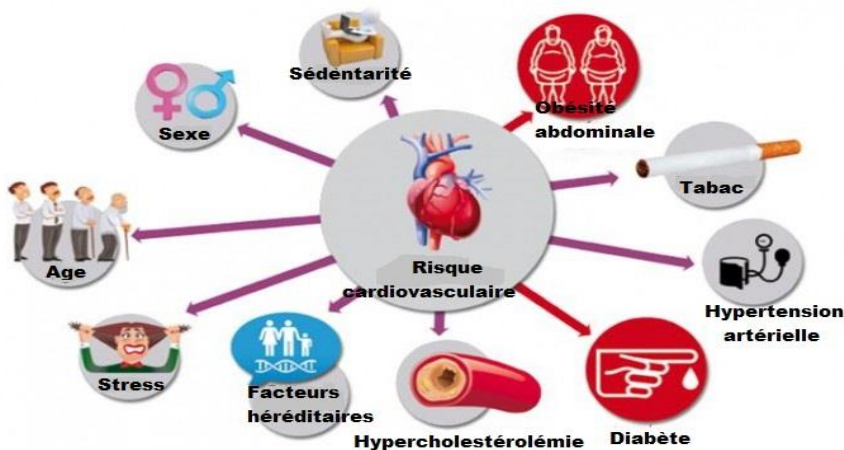
Le programme explore les différentes facettes de la maladie athéromateuse : facteurs de risque, signes d'alerte, causes, facteurs aggravants, et comment les optimiser.

DESCRIPTIF DU CONTENU D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE

Le programme apporte les éléments nécessaires à la compréhension de la maladie, ses causes, ses signes d'alerte et ses facteurs de risque.

Les principaux facteurs de risque cardio-vasculaire sont étudiés : définitions, conséquences, traitements, surveillance. Le rôle de l'alimentation et de la sédentarité est également abordé, ainsi que l'intérêt des mesures diététiques et de l'activité physique.

Les patients apprennent également à interpréter les résultats des analyses biologiques en rapport avec la maladie.



DEROULEMENT DU PROGRAMME

Le programme se déroule en plusieurs séances brèves, organisées en ateliers pédagogiques interactifs, permettant d'aborder tous les thèmes en rapport avec la maladie athéromateuse.

Ces ateliers ont pour but de vous donner les moyens de ralentir l'évolution de la maladie, au travers de mises en situations concrètes sur les thèmes suivants :

- L'athérosclérose : généralités, ses différentes atteintes, son bilan d'extension
- L'identification des facteurs de risque cardio-vasculaires, le tabagisme éventuel
- Le cholestérol : comprendre les résultats de la prise de sang
- L'alimentation : adopter un comportement alimentaire protecteur de ses artères
- Le cœur : un examen diagnostic, la coronarographie...
- L'activité physique adaptée
- Le vécu au quotidien avec ma maladie
- Le stress : les facteurs de stress, les solutions, exercice de relaxation.

Ces connaissances vous aideront à vous impliquer dans la surveillance de votre maladie de façon optimale.

PROLONGEMENTS EVENTUELS

Au-delà du programme, un suivi peut être envisagé en dehors du CH avec un.e psychologue, selon vos besoins ou vos attentes. L'activité physique adaptée peut être prolongée dans le cadre d'un programme porté par une Maison Sport-Santé, ou dans une structure associative (club de sport, etc.).

ÉQUIPE D'ANIMATION DU PROGRAMME

Le programme est animé par plusieurs médecins (chirurgien vasculaire, cardiologue), des infirmiers en pratique avancée, une infirmière, une diététicienne, un enseignant en activité physique adaptée et une psychologue.

CONTACTS

- **Ateliers sur 2 demi-journées dans le service UTEP du Centre Hospitalier de Saint-Brieuc**
- **Pour joindre le secrétariat UTEP :**
 - Téléphone : 02.96.01.78.43
 - Par mail (QR code) : secretariat.utep.stbrieuc@armorsante.bzh
- **Pour joindre une infirmière UTEP :**
 - Téléphone : 02.96.01.79.75
 - Par mail (QR code) : utep.cardiologie.StBrieuc@armorsante.bzh



Si vous changez d'avis et souhaitez annuler votre participation, merci de prévenir le secrétariat au plus vite. Plusieurs professionnels se mobilisent pour ces ateliers et d'autres personnes attendent de pouvoir y participer.