

INSUFFISANCE CARDIAQUE



CONTENU DU PROGRAMME

Le programme explore les différentes facettes de la maladie : facteurs de risque, signes d'alerte, causes, facteurs aggravants et règles de vie. L'insuffisance cardiaque est un état pathologique indiquant que le cœur n'est plus capable d'assurer un débit sanguin suffisant pour satisfaire les besoins de l'organisme. Ce programme d'éducation thérapeutique peut vous aider à mieux vivre avec cette pathologie.

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.

Il démarre par un bilan éducatif partagé réalisé avec une infirmière afin d'évaluer vos besoins et vos attentes. Ensuite, des séances collectives se déroulent sur différentes thématiques pour vous donner les moyens de mieux gérer et vivre avec votre maladie au quotidien et pour répondre à vos questions.



Les principaux thèmes abordés vous permettent de :

- Comprendre ce qu'est l'insuffisance cardiaque
- Identifier les facteurs déclenchant une décompensation cardiaque
- Identifier les signes d'alerte d'une décompensation cardiaque et connaître la conduite à tenir
- Connaître et comprendre son traitement
- Connaître les bénéfices de l'activité physique
- Evaluer la quantité de sel consommée au quotidien et les aliments riches en sel

Ces connaissances vous aideront à vous impliquer dans la surveillance de votre maladie et à améliorer votre qualité de vie.

DEROULEMENT DU PROGRAMME

Les ateliers, d'une durée de 1h30-2h le mercredi après-midi, ont pour but de vous donner les moyens de ralentir l'évolution de la maladie, au travers de mises en situations concrètes. Ces connaissances et compétences vous aideront à vous impliquer dans la surveillance de votre maladie de façon optimale.

PROLONGEMENTS ÉVENTUELS

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 avec le cardiologue, une infirmière et une diététicienne, tous formés à l'éducation thérapeutique du patient.

Les conjoint.e.s sont les bienvenu.e.s.

CONTACTS

- **Ateliers divisés 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.

