

INSUFFISANCE SURRÉNALE



CONTENU DU PROGRAMME

Ce programme d'éducation thérapeutique s'adresse aux personnes ayant une insuffisance surrénale (ou « corticotrope ») afin d'en prévenir les complications médicales, psychologiques et/ou sociales.

DESSCRIPTIF DU CONTENU D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE

Le programme aborde les divers aspects de la maladie et des traitements, la vie au quotidien avec la maladie, la place de l'alimentation et de l'activité physique, la communication avec l'entourage, la gestion du stress et/ou de la fatigue, et la sexualité.

Le but de ce programme est d'améliorer votre qualité de vie, de réduire la fréquence des crises et mieux les gérer et de participer aux décisions concernant votre santé.

DÉROULEMENT DU PROGRAMME

Les ateliers se déroulent en groupe sur une journée dans les locaux du service UTEP du Centre Hospitalier de Saint-Brieuc. Au cours de cette journée d'éducation thérapeutique, plusieurs thématiques sont abordées :

- La connaissance de la maladie et de son traitement,
- Le traitement et la vie quotidienne, les voyages, le décalage horaire,...
- Les situations à risque d'insuffisance surrénale et l'adaptation du traitement,
- L'injection d'hydrocortisone en toute sécurité : technique, l'apprendre à son entourage...
- Le vécu de l'insuffisance surrénale au quotidien : échanges avec d'autres patients.

La journée se termine par une synthèse avec tous les participants et la remise de votre date de consultation de suivi 6 mois plus tard.

PROLONGEMENTS ÉVENTUELS

Des prolongements peuvent être envisagés, concernant l'activité physique adaptée, la nutrition, et/ou l'accompagnement psychologique, selon les besoins.

ÉQUIPE D'ANIMATION DU PROGRAMME

Le programme est animé par une équipe pluridisciplinaire formée à l'éducation thérapeutique du patient : un médecin endocrinologue, une psychologue, une infirmière.

CONTACTS

- **Ateliers d'une journée** (+ 1 autre dans les 3 ans si besoin).

Après la consultation médicale avec l'endocrinologue, la secrétaire vous proposera un rendez-vous pour un entretien téléphonique d'une durée de 10-15 minutes environ. Durant cet entretien téléphonique, appelé « Bilan éducatif partagé », vos habitudes, votre vécu avec la maladie, vos difficultés éventuelles... seront recherchées. Suite à cet échange, il vous appartient de décider si vous intégrez ou non le programme.

Si vous confirmez votre participation, nous vous inscrivons en liste d'attente, pour intégrer le programme dont nous vous communiquerons ultérieurement la date.

- **Pour joindre le secrétariat UTEP :**

- Téléphone : 02.96.01.78.43
- Par mail (QR code) : secretariat.utep.stbrieuc@armorsante.bzh



- **Pour joindre une infirmière :**

- Téléphone : 02.96.01.72.89
- Par mail (QR code) : soignants.endocrinologie.stbrieuc@armorsante.bzh



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

