

Les Horaires

	Insuffisant Cardiaque	Coronarien	BPCO
Lundi	9h15- 10h45	14h - 15h30	10h30 - 12h
Mardi		9h15 - 10h45	Tous les jours
Mercredi	9h15 - 10h45		10h30 - 12h
Jeudi		9h15 - 10h45	Tous les jours
Vendredi	9h15 - 10h45	14h - 15h30	10h30 - 12h

L'organisation des séances

Pour une **prise en charge globale**, une **évaluation préalable** est conduite par l'infirmière et la kinésithérapeute.

Chaque semaine, un point est réalisé pour un débriefing. A la fin des 20 séances, un entretien est réalisé avec le patient, le cardiologue et l'infirmière référente.

Les séances se déroulent
à l'hôpital de Narbonne, en salle de kiné
(prendre l'ascenseur n°1, étage 1 bis).

Pour prendre **rendez-vous**,
auprès de l'IDE référente :

04 68 42 65 67

Le Plan d'accès

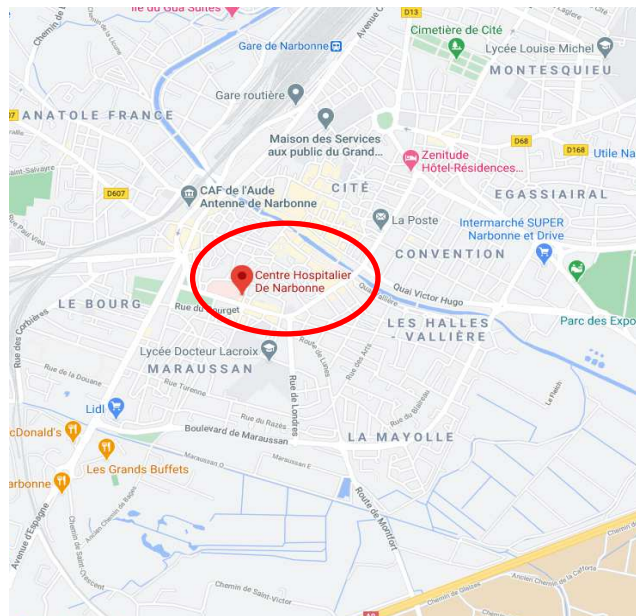
Se rendre à l'hôpital :

En transports :

Laissez votre voiture au **parking relais de Maraussan** pour vous rendre à l'hôpital avec la **Citadine 2** en moins de 10 minutes.

Facile à utiliser, accessible à tous et **gratuite**, la Citadine 2 permet de stationner gratuitement, en toute tranquillité.

En voiture :



communication@ch-narbonne.fr - 06/2022

CENTRE HOSPITALIER
Boulevard Dr Lacroix 11100 NARBONNE Cedex
Tél. 04 68 42 60 00
courriel : direction@ch-narbonne.fr



**RÉADAPTATION
CARDIO-RESPIRATOIRE
ET RÉENTRAINEMENT
À L'EFFORT**

La réhabilitation fonctionnelle par activité de rééducation cardiorespiratoire pour les personnes atteintes d'une insuffisance cardiaque, les malades coronariens et les personnes atteintes d'un BPCO (bronchopneumopathie chronique obstructive)



Le programme de réadaptation

Basé sur un travail de réentraînement à l'effort :

- Exercices cardio-respiratoires ,
- Gymnastique douce,
- Apprentissage respiratoire ,
- Renforcement musculaire.

Chaque patient bénéficie d'un **bilan médical personnalisé** en fonction de sa **pathologie**.

Le programme est évolutif en fonction **des objectifs** définis avec le corps médical.

L'activité physique

La **pratique d'une activité physique régulière** est une **recommandation prioritaire** :

- Pour le maintien d'un **bon état de santé général**,
- Pour **diminuer le nombre d'hospitalisations**;
- Pour **limiter les complications** liées à la maladie et améliorer la qualité de vie du patient;
- Pour la prévention des facteurs de morbi-mortalité.



Le programme

- **20 séances** sur prescription médicale en ambulatoire;
- En groupe de **5 personnes** sur une durée de **1h30**;
- Encadrées par une **kinésithérapeute** , un **médecin cardiologue** référent de l'activité et une **infirmière**.

Les soignants

- Médecin cardiologue : Abdelkader OUKLI
- Kinésithérapeute : Weronika CASTILLO
- Infirmière : Nadia TERCIER (04 68 42 65 67)



Ces activités améliorent sensiblement votre **condition physique**.

Vos efforts et l'aide que nous vous apportons, vous permettront de **préserver** et **reprendre** une **vie sociale, familiale** et **professionnelle**.