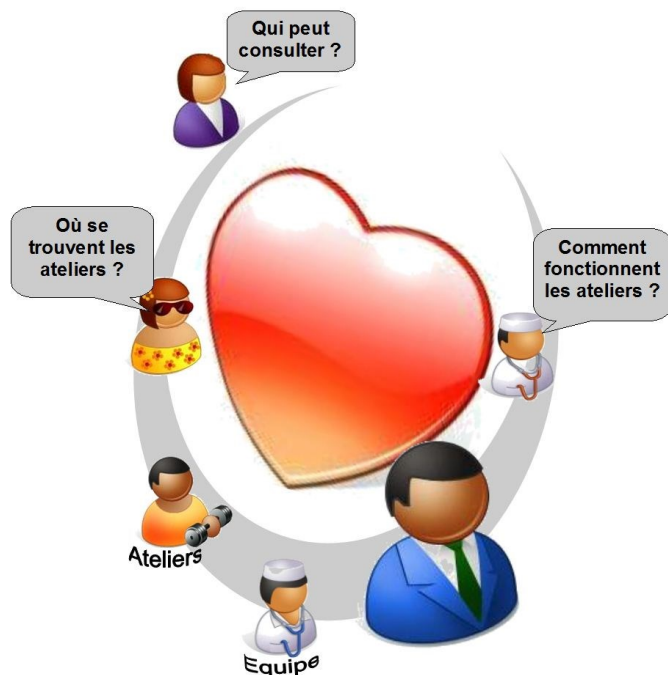


## L'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE DU PATIENT INSUFFISANT CARDIAQUE



## L'ÉQUIPE PLURIDISCIPLINAIRE D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE

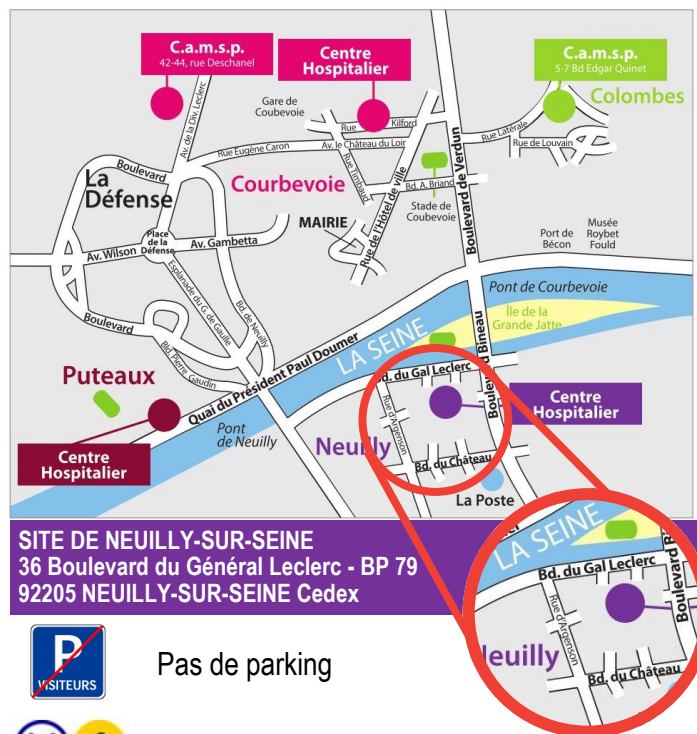
- ♥ Médecins
- ♥ Infirmières
- ♥ Kinésithérapeutes
- ♥ Pharmacien
- ♥ Diététicienne
- ♥ Psychologue

**Elle vous reçoit  
pour des ateliers "sur-mesure"**

## INSCRIPTIONS ET INFORMATIONS

**Tél. 01.40.88.60.00 - Poste 2.86.07**  
**du lundi au vendredi**  
**de 9h00 à 16h30**  
[ide-etp@ch-rivesdeseine.fr](mailto:ide-etp@ch-rivesdeseine.fr)

## MOYENS D'ACCÈS AU SITE DE NEULLY



**M 1** Station Pont de Neully



**82** Arrêt Saussaye/Argenson  
**93** Arrêt Centre Hospitalier ou Collège A. Maurois

**163 164** Arrêt Ile de la Jatte  
**43 73 158 174 176** Arrêt Pont de Neully

[www.ch-rivesdeseine.fr](http://www.ch-rivesdeseine.fr)

## L'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE du patient Insuffisant cardiaque



- Qu'est-ce que l'insuffisance cardiaque ?
- Comment votre organisme réagit-il à l'insuffisance cardiaque ?
- Quels sont les signes de l'insuffisance cardiaque ?
- Quel est le traitement de votre insuffisance cardiaque ?
- Comment mieux vivre avec votre insuffisance cardiaque ?

**Je prends soin de mon cœur  
=  
Je prolonge ma vie**



**Spécialités Médicales**  
**3ème étage**  
**36 boulevard du Général Leclerc**  
**BP 79**  
**92205 NEULLY-SUR-SEINE Cedex**  
Secrétariat :  
**01.40.88.61.86**

## ATELIER « LA POMPE À PLAT : COMPRENDRE SA MALADIE »



- ♥ Comment le cœur normal fonctionne-t-il ?
- ♥ Que se passe-t-il dans l'insuffisance cardiaque ?
- ♥ Comment vivre en bonne harmonie avec votre maladie et améliorer votre qualité de vie ?

## ATELIER « AVEC LES ÉPICES, L'ADDITION EST MOINS SALÉE !! »



- ♥ Pourquoi et comment mesurer sa consommation de sel ?
- ♥ Comment préserver le plaisir de manger ?

Des conseils pratiques vous seront donnés par notre diététicienne.

***Votre alimentation, c'est aussi votre traitement !***

## ATELIER « AU CŒUR DE MON TRAITEMENT »



- ♥ Comment soigne-t-on l'insuffisance cardiaque ?
- ♥ A quoi servent les médicaments ?
- ♥ Comment vivre avec votre traitement au quotidien ?

## ATELIER « AUTO-SOINS »



- ♥ Insuffisance cardiaque : quels sont les signes d'alerte ?



L'essoufflement



La prise de poids



Les œdèmes

***Une équipe pluridisciplinaire vous expliquera les signes de l'insuffisance cardiaque et la conduite à tenir en cas de problème.***

## ATELIER « COMMENT SOUFFLER ? »



- ♥ Comment identifier et évaluer son stress ?
- ♥ Quel est son impact sur l'insuffisance cardiaque ?
- ♥ Comment agir via la respiration et la relaxation ?
- ♥ Comment évaluer sa fatigue ?
- ♥ Quels sont les avantages de l'activité physique ?
- ♥ Comment repérer une modification de son état de santé au cours de la pratique d'une activité ?



***Faites de l'exercice !***