

Auto surveillance rime avec confiance

6

Pression artérielle



Tabagisme



Glycémie



Corpulence



Activités physiques

EVALUER LE NIVEAU
D'ACTIVITE PHYSIQUE

Faire le test



Pression émotionnelle



“Donnez moi un point d'appui, ...
... et je soulèverai le monde.”

Archimède

Unité de réadaptation cardiovasculaire et d'insuffisance cardiaque. Service de Cardiologie.
Département de médecine
Hôpitaux Universitaires de Genève

Auto surveillance: mesurer votre santé

Ces 6 indicateurs majeurs de votre santé cardiovasculaire sont mesurables par vous-même!

- ✓ Pression artérielle
- ✓ Consommation de tabac
- ✓ Stress
- ✓ Corpulence
- ✓ Glycémie
- ✓ Activité physique (pas seulement le sport)



Ces mesures doivent être précises, répétées, collectées (journal par exemple) et discutées ou interprétées avec vos soignants pour devenir un socle solide confiance et d'autonomie.

Partagez avec les autres ce que vous aurez appris!

L'auto mesure est recommandée pour tous et peut gagner en intelligence en faisant participer les proches. Elle ne doit pas vous angoisser. Elle sert à baliser un chemin de sécurité.

Auto surveillance: ce que vous y gagnerez...

Ce que nous avons remarqué dans notre pratique

- ✓ De meilleures connaissances techniques et théoriques médicales
- ✓ Des capacités de mesure adaptées à votre situation
- ✓ Une vision stratégique des points de surveillance qui vous sont personnels
- ✓ Des points objectifs pour prendre des décisions optimales concernant votre santé cardiovasculaire
- ✓ Une possibilité de mieux interpréter vos ressentis physiques
- ✓ Une base de discussion avec vos soignants pour ajuster efficacement vos changements ou vos traitements médicamenteux

Et vous? Qu'aimeriez vous y gagner?

- ✓
- ✓
- ✓
- ✓



D'autres indicateurs de santé existent

- Les dosages biologiques (taux de cholestérol, etc.)
- L'imagerie médicale (échographies, etc.)
- Les épreuves d'efforts (sur vélo, etc.)
- Etc..

Vous pouvez demander à comprendre leur intérêt dans votre situation

Pression artérielle



Unité de réadaptation cardiovasculaire et d'insuffisance cardiaque. Service de Cardiologie.
Département de médecine
Hôpitaux Universitaires de Genève

Pression artérielle et perceptions

La pression artérielle est considérée **normale** au repos jusqu'à **130/85 mmHg**

Quand la pression est trop BASSE

Maux de tête
Palpitations
Faiblesse générale
Vertiges, étourdissements
Troubles visuels
Nausées, vomissements



TRES SOUVENT RIEN N'EST RESSENTI !

Quand la pression est trop HAUTE

Maux de tête (en casque, lourdeur)
Fatigue
Étourdissements,
Bourdonnements d'oreille
Essoufflement pour des efforts modérés
Troubles visuels («mouches volantes»)
Saignements de nez, conjonctives (blanc de l'œil)

Plus de renseignement sur la pression artérielle?

<https://www.swissheart.ch/fr/maladies-cardiaques-avc/facteurs-de-risque/tension-arterielle/hypertension-que-faire.html>

Vos perceptions

Votre pression artérielle de
repos :
(normale jusqu'à 130/85 mmHg)

Repérez vos perceptions:
Dans votre expérience que
ressentez vous?

Quand votre pression est trop
HAUTE...

Maux de tête (en casque, lourdeur)?

Fatigue ?

Étourdissements?

Bourdonnements d'oreille?

Essoufflement pour des efforts
modérés?

Troubles visuels («mouches
volantes»)?

Saignements de nez, conjonctives
(blanc de l'œil)?

Autres:

-
-
-

Quand votre pression est trop **BASSE...**

Maux de tête?

Palpitations?

Faiblesse générale?

Vertiges, étourdissements?

Troubles visuels?

Nausées, vomissements?

Autres:

-
-
-



Mesurer régulièrement
votre pression artérielle est
un bon moyen d'y associer
correctement vos
symptômes ou perceptions

Des signes pas toujours discrets

Mesurer la pression artérielle soi même

Objectifs : Savoir utiliser un appareil d'auto mesure de la pression artérielle pour obtenir des résultats fiables.

Comment faire ?

Disposer d'un appareil fiable (liste des appareils homologués) et adapté (brassard ou poignet). Parlez-en à votre médecin ou votre pharmacien, ou regardez la liste proposée par la Société Suisse d'Hypertension

http://www.swisshypertension.ch/DOCS_PUBLIC/Appareils_de_mesure_de_la_pression_arterielle_pour_patients.pdf

Quand?

Pression de repos: à des horaires identiques et simples : le matin au réveil au lit avant de se lever (avant de prendre les médicaments) et le soir à 1 h du repas et allongé tranquille au lit depuis ½ heure par exemple. Assis sur une chaise après 5 min de calme.

Pression «de circonstance»: prise pour un soignant, lors de moments où vous ressentez des symptômes inhabituels, ou avant et après un effort.

Procédures standardisées autonome, à visée diagnostique: Automesure de la pression artérielle (bilan complet des pressions de jour), Journal de Mesure de la pression artérielle (mesures ciblées)

S'exercer: Pratique de l'automesure

Pour vous guider dans l'apprentissage

Une Vidéo en français: <https://www.youtube.com/watch?v=Z9zfmt3w-Jk>

Et dans autres langues: http://www.swisshypertension.ch/public/education/education_english.html

«Traducteur» de mots médicaux

Pression Artérielle (PA) se dit aussi «Tension ou Tension Artérielle» (TA) et s'exprime en millimètre de mercure (mmHg).

Systolique (SYS) se dit aussi pression artérielle systolique ou parfois «maximale»

Diastolique (DIA) se dit aussi pression artérielle diastolique ou parfois «minimale»

Pulse (Puls) se dit aussi pulsation ou battement cardiaque par minute ou fréquence cardiaque et s'exprime par minute (/min).

Un temps d'apprentissage avec un professionnel

L'auto mesure sur 3 jours n'est pas très pertinente si

- Cela vous angoisse
- Vous avez un rythme cardiaque très irrégulier



SYS : 130 mm Hg

DIA : 85 mm Hg

Pulse : 60 /min

Relevé d'automesure

Relevé simple d'auto mesure sur 3 jours

Période	Jour 1		Jour 2		Jour 3	
	Systolique	Diastolique	Systolique	Diastolique	Systolique	Diastolique
Matin						
Soir						
Moyenne journalière						
Moyenne sur 3 jours						

Exemple de tableau rempli

Auto mesure sur 3 jours	Jour 1		Jour 2		Jour 3	
	SYS	DIA	SYS	DIA	SYS	DIA
Matin	135	75	155	75	125	55
	142	84	142	84	122	63
	136	79	139	79	136	75
Soir	145	89	145	99	135	89
	165	96	165	96	165	75
	155	92	155	75	155	67
Totaux journaliers	146.333 333	85.83333 333	150.166 667	84.66666 667	139.666 667	70.66666 667
Moyenne sur 3 jours	145.383 333	80.38333 333				
Valeur de référence sur 3 jours	135	85				

Que faire des chiffres :

- . Les transmettre à votre médecin et/ou votre soignant de référence
- . Garder un double des relevés pour vous
- . Discuter des résultats attendus et des **normes** avec votre médecin

Un examen sur 3 jours

Unité de réadaptation cardiovasculaire et d'insuffisance cardiaque. Service de Cardiologie.
Département de médecine
Hôpitaux Universitaires de Genève



A vous
d'essayer!

Ce qui fait varier la pression artérielle

A court terme (quelques secondes à quelques heures)

Emotions, douleur
Fumer du tabac
Consommer de la cocaïne
Boissons alcoolisées, café
Digestion d'un repas
Aliments salés
Activités physiques
Température extérieure basse



A long terme (quelques mois à plusieurs années)

Tabagisme
Activité physique inférieure à 30 min par jour
Pressions émotionnelle chronique
Consommation régulière de boissons alcoolisées
Alimentation inadéquate (excessive, salée, sucrée, riche en graisses saturées, pauvre en fibres, en vitamines en anti-oxydants, en acides gras complexes et insaturés)
Maladies : Surpoids ou obésité (avec augmentation du périmètre abdominal), diabète, certaines maladies rénales ou endocriniennes), APNEES ET INSUFFISANCE DE SOMMEIL, déséquilibre des graisses (lipides) sanguins.

Sommeil réparateur
Méditation, relaxation, massages, etc.
Gestion émotionnelle
Médicaments anti hypertension



Activités physiques variées régulières (minimum 150 min/semaine). Réentraînement physique spécialisé.
Alimentation de style «méditerranéen», Sommeil 7-8h par nuit.
Cessation du tabac, de la consommation d'alcool. Perte de poids.
Apprentissage des moyens de gestion de la pression émotionnelle
Traitement des maladie chroniques liées à la pression artérielle

Ce qui fait varier votre pression artérielle

A court terme (quelques secondes à quelques heures)

Emotions, douleur?
Fumer du tabac?
Consommer de la cocaïne?
Boissons alcoolisées, café?
Digestion d'un repas?
Aliments salés?
Activités physiques?
Température extérieure?

-
-

Sommeil réparateur?
Méditation, relaxation, massages, etc.?
Gestion émotionnelle?
Médicaments anti hypertension?

-
-



A long terme (quelques mois à plusieurs années)

Tabagisme?
Activité physique inférieure à 30 min par jour?
Pressions émotionnelle chronique?
Consommation régulière de boissons alcoolisées?
Alimentation inadéquate (excessive, salée, sucrée, riche en graisses saturées, pauvre en fibres, en vitamines en anti-oxydants, en acides gras complexes et insaturés) ?

Maladies : Surpoids ou obésité (avec augmentation du périmètre abdominal), diabète, certaines maladies rénales ou endocriniennes), APNEES ET INSUFFISANCE DE SOMMEIL, déséquilibre des graisses (lipides) sanguins.?

-
-

Activités physiques variées régulières (minimum 150 min/semaine). Réentraînement physique spécialisé ?
Alimentation de style « méditerranéen »?, Sommeil 7-8h par nuit?
Stop tabac? Stop consommation d'alcool? Perte de poids?
Apprentissage de la gestion des pressions émotionnelles?
Traitement des maladie chroniques liées à la pression artérielle?

-
-

Proposition d'exercice: **entourer** ce qui a été confirmé dans votre situation, **barrer** ce qui n'est pas exact pour vous et **mettez un point d'interrogation** sur ce qui mériterait une discussion. **Ajouter des suggestions** issues de vos expériences.



Médicaments et Pression Artérielle

ILS FONT BAISSER VOTRE PRESSION ARTERIELLE...

Leurs effets s'additionnent!

Attention au risque d'hypotension et de chute...

Certains médicaments prescrits après un accident cardiovasculaires

- Inhibiteur de l'enzyme de conversion ou un bloqueur des récepteur de l'angiotensine (on dit: IEC, BRA). Le nom de principe actif finit soit par «**pril**» pour les IEC (ex: lisino**pril**, rami**pril**, périndol**pril**) ou «**sartan**» pour les BRA (ex: irbés**sartan**, vals**sartan**, candes**sartan**).
- Béta bloquant. Le nom de principe actif finit par «**lol**» (ex: aténo**lol**, bisopro**lol**, carvedil**lol**, nébivo**lol**).

D'autres médicaments pris pour d'autres raisons

- **Directement:** diurétiques(furosémide, hydrochlorothiazine, torasémide, spironolactone, eplerenone), dysfonction érectile (sildénafil, tadalafil, avanafil et autres traitements équivalents du viagra)
- **Indirectement:** sédatifs, inducteurs de sommeil et relaxants musculaires (dérivés des benzodiazépine ou non. Par exemple diazepam), anti dépresseurs (par exemple venlafaxine, paroxétine), anti douleurs (codéinés, morphiniques ou équivalents comme le tramadol), etc.



Mesurez votre pression artérielle et votre pouls avant et après vous être levés!
(immédiatement, 1 minute après et 3 min après), notez les signes perçus.
- 20 mmHg ou des signes (vertiges, flou visuel, faiblesse), il faut en parler!

Exercice de repérage



Carte de traitement



Nom du patient AYMON Christian, 25.12.1969
Nom du médecin Meyer Philippe

19.03.2020

Nom du médicament	Matin	Midi	Soir	Coucher	Jour	A prendre	Schémas particuliers	Raison du traitement	Effets indésirables
acide acétylsalicylique ASPIRINE CARDIO cpr pell 100 mg 98 pce	1 cpr						.	.	
ticagrélor BRILIQUE cpr pell 90 mg 168 pce	1 cpr		1 cpr				.	.	
atorvastatine ATORVASTATIN Streuli cpr pell 40 mg 30 pce			1 cpr				.	.	
lisinopril LISINOPRIL Axapharm cpr 5 mg 30 pce	1 cpr						.	.	.
métoprolol tartrate BELOC ZOK cpr ret 50 mg 30 pce	1 cpr						.	.	

Sur cette carte de traitement sont inscrits 2 médicaments qui font baisser la pression artérielle: **Ou sont-ils?**

Le saviez-vous? Certains médicaments et certains produits de phytothérapie (tisanes, décoctions, extraits de plantes mères) ou aliments pris en excès **font monter la pression artérielle** ou contrarient l'effet de votre traitement pour le cœur.

Restez exigeant! Pour votre santé, prenez uniquement des médicaments et produits surs, validés par vos soignants.



CORPULENCE & SANTE



Unité de réadaptation cardiovasculaire et d'insuffisance cardiaque. Service de Cardiologie.
Département de médecine
Hôpitaux Universitaires de Genève

Corpulence, Poids et santé

L'excès pondéral représente une menace silencieuse et durable pour votre santé

Pour le métabolisme, le cœur, les artères et le cerveau, le risque de maladie augmente avec l'accroissement de :

- L'Indice de Masse Corporel (IMC ou BMI) au-delà de 25 kg/m²

Et/ou

- Le périmètre abdominal (PA) au-delà de 80 cm pour les femmes ou 94 cm pour les hommes

Calculer votre IMC

$$\text{IMC} = \frac{\text{Poids (kg)}}{\text{Taille (m)} * \text{Taille (m)}}$$

<https://www.gsla.ch/aides-de-calcul/calculateur-de-limc>

Matériel



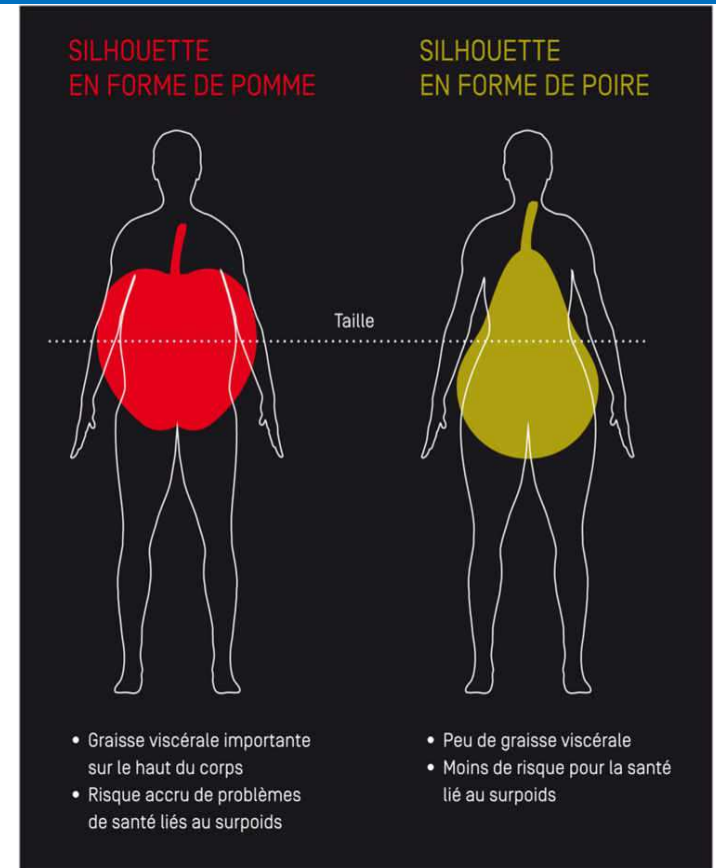
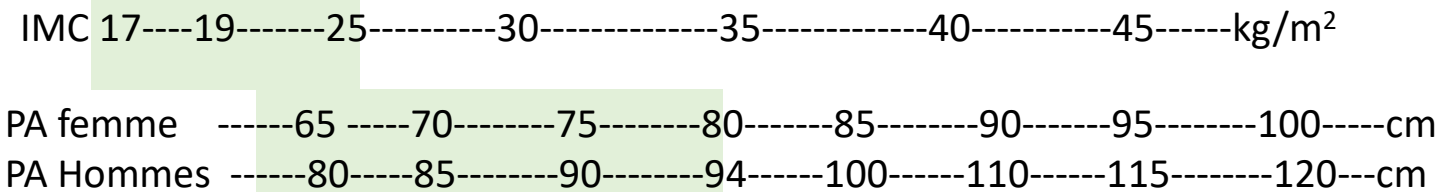
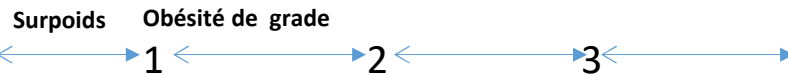
Mesurer votre PA

<https://youtu.be/-OnPa3ySaDM>



Corpulence, Poids et santé

Situez vous par rapport des repères de santé



Pourquoi s'intéresse-t-on à la morphologie?
 La silhouette renseigne sur nature de l'excès pondéral en graisse.
 Le risque cardiovasculaire est surtout porté par la quantité de graisse intra abdominale (viscérale). C'est ce qu'indique la mesure du Périmètre Abdominal (PA).
 La graisse viscérale fabrique des hormones et des facteurs d'inflammation qui favorisent la prise de poids et le développement de la maladie chronique silencieuse des artères (athérome).

Une composition corporelle favorisant la part des muscles, avec un PA «dans les normes» constituent des atouts pour la santé.

Brûler... des graisses

Intensité efforts et [métabolisme énergétique](#)

Rien ne sert de courir...

Mais...

Respecter sa fréquence cardiaque

Rester détendu et joyeux

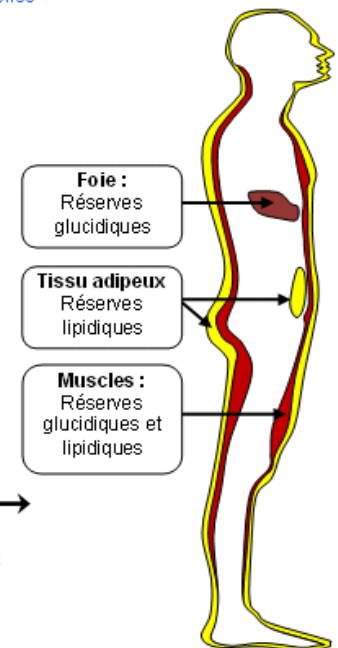
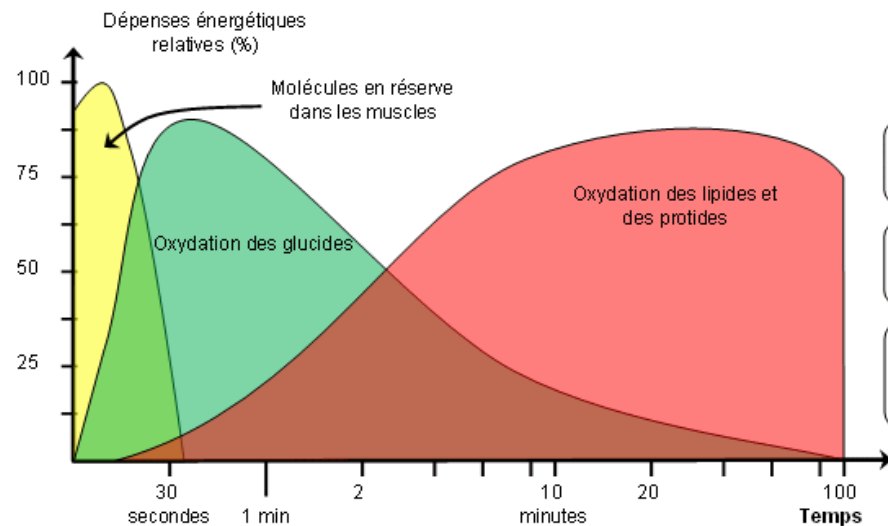
Doser intensité et durée des efforts

Être régulier pendant plusieurs semaines

Se peser 2 fois par semaine

Mesurer son PA 1 fois par semaine

Nutriments utilisés au cours d'efforts de longue durée
avantage Word: dissociable et recolorisable en quelques clics



<https://www.youtube.com/watch?v=g7UD5flv9IM>

Lien pour le traitement de l'obésité aux HUG

http://www.hug-ge.ch/sites/interhug/files/structures/enseignement_therapeutique_pour_maladies_chroniques/documents/obesite.pdf

Unité de réadaptation cardiovasculaire et d'insuffisance cardiaque. Service de Cardiologie.
Département de médecine
Hôpitaux Universitaires de Genève

Et...développer ses muscles

Faire des efforts physiques adaptés REGULIERS:

- Gainage profond,
- Exercices de force
- Endurance fondamentale
- Exercices courts à intensité calculée
- Lutter contre l'inactivité physique

REPOS diurne et nocturne

- Nuits de 7-8 heures
- Micro sieste ¼ heure
- Exercices de souplesse et de relaxation
- Méditation et/ou activité physique douce en «flow»

DOSE A DEFINIR INDIVIDUELLEMENT (pas moins de 30 min par jour)

Alimentation équilibrée, revue par un(e) diététicien(ne):

- Quantités globale de calories journalières
- Quantité de PROTEINES (œufs, poissons, légumineuses) suffisante (attention: aux excès et aux carences, aux graisses cachées)
- Apports en végétaux, fruits secs et légumineuses (vitamines et anti oxydants)
- Produits laitiers en suffisance
- Hydratation +++

A DEFINIR INDIVIDUELLEMENT

Unité de réadaptation cardiovasculaire et d'insuffisance cardiaque. Service de Cardiologie.
Département de médecine
Hôpitaux Universitaires de Genève

Les glycémies



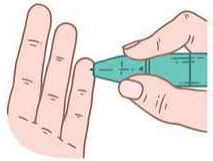
Des indications précieuses pour s'entraîner

Matériel

- Lancettes ou stylo auto piqueur
- Lecteur de glycémie
- Bandelettes adaptées (ou capteur)
- Désinfectant, pansements?
- Boite à déchets
- Journal, carnet, feuille, App.



Technique de mesure



1. Préparer tout le matériel sur la table
2. Se laver les mains
3. Insérer une bandelette
4. Piquer une face latérale d'un des derniers doigts d'une main
5. Former une goutte de sang et l'éponger
6. Reforme une seconde goutte de sang
7. La déposer sur la bandelette
8. Noter les résultats sur un support
9. Discuter les résultats avec un soignant

	Au réveil	Matinée	Avant le déjeuner	Après-midi	Avant le dîner	Au coucher
LUNDI	1,16	1,32				
MARDI	1,20		0,81	1,69		
MERCREDI	1,29				0,92	1,17
JEUDI	1,15	1,22				
VENDREDI	1,10					

MON TABLEAU DE SUIVI

	Glycémie au réveil	Insuline matin	Glycémie après petit-déj	Glycémie avant déjeuner	Insuline midi	Glycémie après déjeuner	Glycémie au goûter	Insuline goûter	Glycémie avant dîner
Lundi		G:			G:			G:	
		B:			B:			B:	
Mardi		G:			G:			G:	
		B:			B:			B:	
Mercredi		G:			G:			G:	
		B:			B:			B:	
Jeudi		G:			G:			G:	
		B:			B:			B:	
Vendredi		G:			G:			G:	
		B:			B:			B:	
Samedi		G:			G:			G:	
		B:			B:			B:	
Dimanche		G:			G:			G:	
		B:			B:			B:	

G : Glucides ; B : Bolus.

Des normes générales

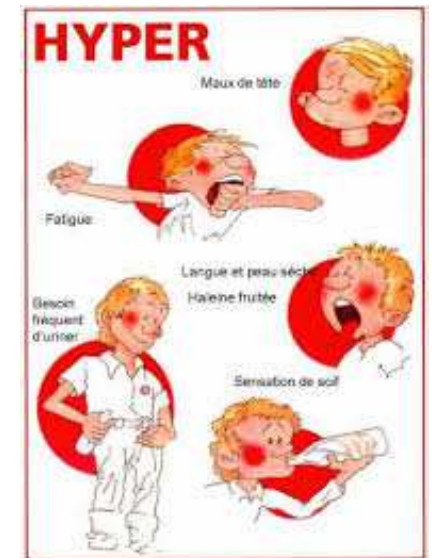
Lorsque le taux de sucre est trop

	Equilibre de la glycémie (mmol/l)		
	Excellent	Satisfaisant	Insuffisant
A Jeun	5-7	7,1-7,9	> 8
2 heures après un repas	Jusqu'à 7,9	8-9,9	> 10



HAUT

Hyperglycémies



Glycémie à 10 mmol/l ou plus ou signes

Hypoglycémies

BAS



LES 5 PRINCIPAUX SYMPTÔMES DE L'HYPOGLYCÉMIE¹ :

- SENSATION DE FAIBLESSE / TREMBLEMENTS
- DIFFICULTÉ DE CONCENTRATION
- TRANSPIRATION
- IRRITABILITÉ OU HUMEUR MAUSSADE
- FAIM

Glycémie à 4 mmol/l et moins ou signes



Difficile équilibre

Pour conserver un taux de sucre adapté aux besoins

Unité de réadaptation cardiovasculaire et d'insuffisance cardiaque. Service de Cardiologie.

Département de médecine

Hôpitaux Universitaires de Genève

Objectifs du suivi des glycémies en réadaptation

- Éviter les hypoglycémies
- Mesurer l'effet global du réentraînement
- Essayer de comprendre "l'effet traitement" des activités physiques (AP) que vous faites.

-> Mesures avant et après les AP (plus les mesures habituelles si besoin)

-> Mieux vivre longtemps et activement avec son diabète



Une glycémie isolée, c'est comme une photo instantanée de ce qui se passe dans le corps



Quelques notions

- Pour interpréter
- connaître les normes
- connaître les grandes causes des variations
- disposer de plusieurs valeurs utiles (comme une séquence de film ou d'une vidéo)
- préciser ce que l'on cherche à comprendre

Exemple de suivi des glycémies en réadaptation

Auto évaluation de mes glycémies et mieux comprendre mon diabète

Date	Jour	Dernier repas depuis (minutes)	Glycémie avant (mmol/l)	Durée effort (min)	Glycémie après (mmol/l)	Ressenti effort borg	Variation mesurée
14-10	Lundi	7h15	6.4	30'	6.	11	-0,4
16-10	Mercredi		6.5	60'	5.7	11	-0,8
18-10	Vendredi	7h15	5.8	50'	5.9	9	+0,1
21-10	Lundi	2h12	8.8	60'	5.9	9	-2,9
28-10	Lundi	185'	5.2	23	5.9	11	-0,7
30-10	Mercredi	180'	6.7	50'	6.4	11	-0,3
1-11	Vendredi	180'	5.7	60'	6.0	9	+0,3
4-11	Lundi	185'	7.9	50'	5.8	8	-2,1
6-11	Mercredi	185'	7.1	50'	6.0	12	-1,1
8-11	Vendredi	180'	4.6	50'	5.3	11	+0,7
11-11	Lundi	180'	6.2	50'	6.1	12	-0,1
13-11	Mercredi	180'	6.2	45'	5.9	12	-0,3
15-11	Vendredi	180'	6.2	60'	7.2	10	+1
18-11	Lundi	180'	7.0	50'	6.3	9	-0,7

Un graphique de plusieurs mesures, raconte votre vie, comme une vidéo de ce qui fait varier vos glycémies

Observer en notant systématiquement les événements associés

Mon carnet de suivi de glycémie

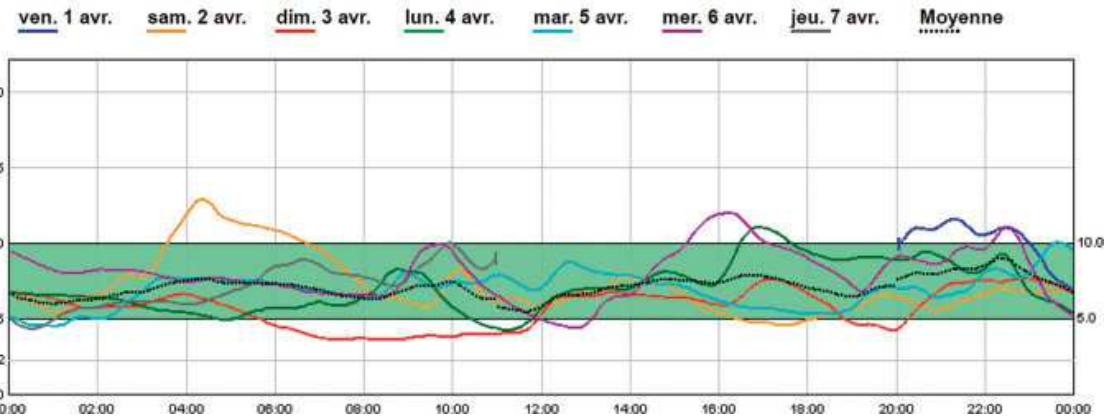
MON OBJECTIF GLYCÉMIQUE (à fixer avec votre médecin) :

Poids :

	Matin	Insuline Matin	Après Petit-Déj	Avant Déj	Insuline Midi	Après Déj	Après goûter	Ins. goûter	Avant Dîner	Insuline Soir	Après Dîner	Coucher	Insuline Nuit	Levé Matin	S	A	Observations
Lundi		B: DB:			B: DB:			B: DB:		B: DB:			B: DB:				KT <input type="checkbox"/> Heure: <input type="text"/>
Mardi		B: DB:			B: DB:			B: DB:		B: DB:			B: DB:				KT <input type="checkbox"/> Heure: <input type="text"/>
Mercredi		B: DB:			B: DB:			B: DB:		B: DB:			B: DB:				KT <input type="checkbox"/> Heure: <input type="text"/>
Jeudi		B: DB:			B: DB:			B: DB:		B: DB:			B: DB:				KT <input type="checkbox"/> Heure: <input type="text"/>
Vendredi		B: DB:			B: DB:			B: DB:		B: DB:			B: DB:				KT <input type="checkbox"/> Heure: <input type="text"/>
Samedi		B: DB:			B: DB:			B: DB:		B: DB:			B: DB:				KT <input type="checkbox"/> Heure: <input type="text"/>
Dimanche		B: DB:			B: DB:			B: DB:		B: DB:			B: DB:				KT <input type="checkbox"/> Heure: <input type="text"/>

B = Présence de sucre dans les urines, A = Présence d'acétone, KT = Changement de cathéter

Données du capteur (mmol/l)



Si vous voulez en comprendre les variations de glycémies, nous vous encourageons à développer votre curiosité:

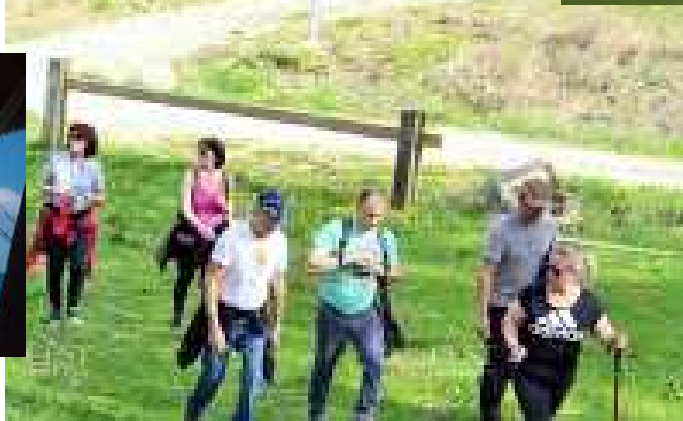
- Répéter les mesures
- Choisir avec vos soignants les meilleurs moments pour les faire
- Les consigner sur un document (papier ou informatique)
- Demander à porter un capteur de longue durée si cela est utile dans votre cas
- Expérimenter des changements ciblés (alimentation, détente, activité physique, traitements médicamenteux)
- Discuter des résultats avec un soignant expérimenté
- Répéter encore les expériences, pour vérifier la solidité de vos hypothèses

Unité de réadaptation cardiovasculaire et d'insuffisance cardiaque. Service de Cardiologie.
Département de médecine
Hôpitaux Universitaires de Genève

A vous maintenant d'explorer ce qui fait varier vos glycémies....

Pour mieux comprendre et soigner votre diabète aux HUG

https://www.hug-ge.ch/sites/interhug/files/structures/enseignement_therapeutique_pour_maladies_chroniques/diabete_4.pdf



Unité de réadaptation cardiovasculaire et d'insuffisance cardiaque. Service de Cardiologie.
Département de médecine
Hôpitaux Universitaires de Genève

Nos partenaires

Soutien



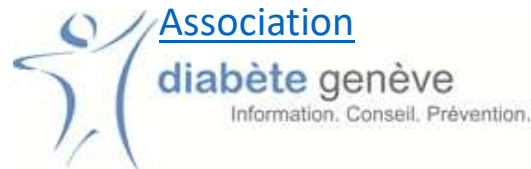
Fondation Suisse
de Cardiologie

Programme pour diabétiques type 2

DIAfit

Programme pour Insuffisants Artériels

ARTERIOfit



Groupes de maintenance



AGRECA



Unité de réadaptation cardiovasculaire et d'insuffisance cardiaque. Service de Cardiologie.
Département de médecine
Hôpitaux Universitaires de Genève