

PROGRAMME DE RÉADAPTATION RESPIRATOIRE

Améliorer votre souffle



Hôpitaux
Universitaires
Genève

Le programme de **réadaptation respiratoire ambulatoire**

À qui s'adresse ce programme?

Le programme de réadaptation respiratoire s'adresse aux patientes et patients souffrant d'une maladie pulmonaire chronique qui limite l'activité physique et la qualité de vie.

Comment s'inscrit-il dans votre prise en charge?

L'effet bénéfique des programmes de réadaptation respiratoire a été prouvé par de nombreux travaux scientifiques. Il s'agit donc d'une offre de soins complémentaire aux traitements spécifiques à chaque maladie (asthme, bronchite chronique obstructive, emphysème, hypertension pulmonaire, fibrose pulmonaire). Ce programme est reconnu par la Société suisse de pneumologie.

Quels sont les objectifs du programme ?

Le but principal est d'augmenter votre capacité d'effort et diminuer votre essoufflement. Combiné à des conseils diététiques et un enseignement thérapeutique, ce programme vous aide à :

- ▶ diminuer le risque d'aggravation de la maladie et d'hospitalisation
- ▶ améliorer votre autonomie physique
- ▶ adapter vos activités physiques à vos possibilités et vos envies
- ▶ gagner en confiance lors de la réalisation d'activités de la vie quotidienne
- ▶ mieux comprendre votre maladie pour une meilleure prise en charge.

Comment se déroule le programme ?

Afin de vous proposer un programme personnalisé et adapté à vos besoins et vos capacités, un bilan pluridisciplinaire est effectué. Il comprend :

- ▶ une consultation avec un ou une pneumologue
- ▶ un bilan nutritionnel afin de déterminer votre masse musculaire
- ▶ une mesure de votre capacité respiratoire (fonctions pulmonaires)
- ▶ un bilan de votre capacité d'effort avec notamment un test de marche et un test sur bicyclette ergométrique.

Ces examens sont répétés à la fin de la réadaptation et permettront ainsi d'apprécier les progrès accomplis.

Le programme dure 12 semaines. Les activités sont réparties en :

- ▶ 29 à 32 séances de réentraînement à l'effort qui alternent l'endurance (vélo, tapis roulant...) et le renforcement musculaire des bras et des jambes avec la possibilité d'utiliser un apport supplémentaire en oxygène
- ▶ 4 ou 5 tables rondes pour comprendre votre maladie et ses traitements (enseignement thérapeutique)
- ▶ 1 séance d'information sur l'alimentation avec un ou une diététicienne
- ▶ 2 bilans médicaux (d'admission et final).





Quelle équipe?

Pneumologue responsable

Dr Ivan Guerreiro

Physiothérapeute responsable

Jérôme Mercier

Diététicienne référente

Elisa Hérault

Inscription

Si vous souhaitez participer au programme, parlez-en à votre médecin traitant ou traitante ou à votre pneumologue, qui peut transmettre les renseignements nécessaires par courriel (rehabilitation.respiratoire@hcuge.ch).

Notre équipe vous contacte ensuite pour le bilan d'admission.

Informations pratiques

Secrétariat

Ouvert du lundi au vendredi
De 8h à 12h et de 13h à 16h

📞 022 372 95 48

rehabilitation.respiratoire@hcuge.ch

Facturation

Le programme est remboursé par l'assurance maladie de base (LAMal) sous déduction de la franchise et de la participation (10% des frais à charge).

Service de pneumologie

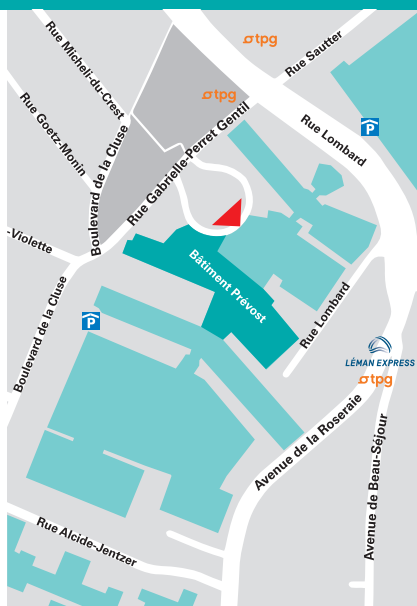
Bâtiment Prévost
7^e étage
Rue Gabrielle-Perret-
Gentil 4
1205 Genève

Accès

Bus 1, 5, 7 et 35,
arrêt « Hôpital »
Bus 3, arrêt « Claparède »
Léman Express, arrêt
« Genève-Champel »

Parkings

H-Cluse et H-Lombard



Ce dépliant a été réalisé par le Service de pneumologie avec la collaboration de la Direction de la communication des HUG.