

# INFORMATIONS SUR LA RÉADAPTATION CARDIOVASCULAIRE AMBULATOIRE

## POURQUOI UNE RÉADAPTATION CARDIOVASCULAIRE?

Le but de la réadaptation est de rendre au malade ses capacités antérieures et d'améliorer ses conditions physique et mentale de façon à lui permettre d'occuper par ses propres moyens une place aussi normale que possible dans la société.

## POURQUOI UNE RÉADAPTATION AMBULATOIRE?

- Près de chez vous, de votre famille, de vos amis;
- un retour plus rapide à la vie active;
- une progression adaptée à vos capacités;
- des séances d'enseignement thérapeutique ouvertes à votre conjoint.

## POURQUOI LA CLINIQUE BOIS-CERF?

Sécurité permanente pour les patients, avec:

- une supervision par un médecin cardiologue FMH, des physiothérapeutes et des maîtres en activités physiques adaptées spécialisés en réadaptation cardiovasculaire;
- la présence de médecins anesthésistes-réanimateurs, et d'une unité de soins continus;
- un environnement convivial, bénéficiant d'un plateau technique idéal et moderne.

## PROGRAMME

- Une séance d'accueil, au cours de laquelle votre thérapeute établira un dossier et vous réaliserez une ergo-spirométrie maximale sur tapis roulant, en toute sécurité;
- 36 heures d'activités physiques pendant 8 semaines, réparties entre de l'aquagym, du réentraînement sur les appareils, des activités en salle de gymnastique et des activités à l'extérieur (marche en groupe et circuit training), avec cinq niveaux de difficulté;
- des séances de relaxation avec des physiothérapeutes spécialisés;
- 7 heures d'enseignement en groupe données par des médecins et thérapeutes;
- 3 modules interactifs d'une heure chacun avec notre diététicienne;
- une séance de sortie, au cours de laquelle vous réaliserez une seconde ergo-spirométrie maximale sur tapis roulant.

## QUI PEUT BÉNÉFICIER DE CE PROGRAMME?

Tout patient, après:

- un infarctus;
- une chirurgie cardiaque ou vasculaire;
- une angioplastie;
- ou qui souffre d'une maladie cardiaque chronique documentée;
- ou qui souffre d'une pathologie artérielle périphérique.

Avec une prescription médicale, remboursée par toutes les assurances maladie de base.

Pour vous inscrire ou pour tout renseignement complémentaire **T 021 619 62 70.**

## HIRSLANDEN LAUSANNE, CLINIQUE BOIS-CERF

CENTRE ACTIF+, AVENUE D'OUCHY 31, CH-1006 LAUSANNE

T 021 619 62 70, [ACTIFPLUS.BOIS-CERF@HIRSLANDEN.CH](mailto:ACTIFPLUS.BOIS-CERF@HIRSLANDEN.CH), [WWW.HIRSLANDEN.CH/LAUSANNE](http://WWW.HIRSLANDEN.CH/LAUSANNE)