



RHNe

**Réseau
Hospitalier
Neuchâtelois**

Programme de réadaptation cardiovasculaire ambulatoire



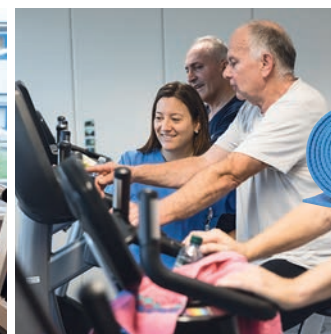
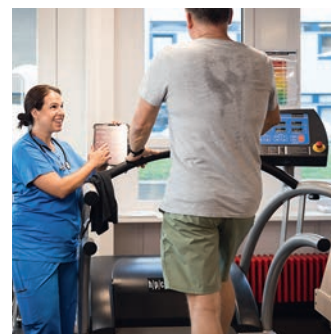
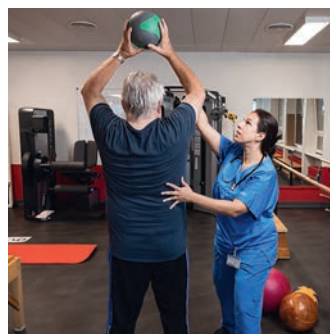


La réadaptation cardiovasculaire

est une prise en charge globale s'adressant à toute personne ayant présenté un événement cardiovasculaire aigu (infarctus du myocarde, par exemple). Elle doit permettre à chaque patient-e de se rétablir au mieux, au plus vite et de retrouver ainsi une bonne autonomie au sein de sa famille et de son milieu professionnel.

La réadaptation cardiovasculaire favorise une reprise progressive de l'activité physique de manière structurée dans un environnement professionnel et sécurisant. Le-la patient-e bénéficie d'un programme individualisé, adapté à ses besoins spécifiques, selon son état de santé et son évolution. Les séances d'activité physique se composent notamment d'exercices d'endurance, de force et d'équilibre. Des cours théoriques complètent le programme en abordant divers thèmes tels que la diététique, la tabacologie, la pharmacologie.

Le succès du programme dépend de la volonté et de la motivation du-de la patient-e.



Les objectifs

- Restaurer les capacités physiques
- Améliorer le bien-être et la qualité de vie
- Encourager un mode de vie sain à long terme
- Diminuer le risque de récurrence d'événement cardiovasculaire
- Préparer la reprise de la vie quotidienne et du travail

L'équipe

Une équipe pluridisciplinaire composée de spécialistes aidera le-la patient-e à retrouver une meilleure santé et confiance en lui/elle. L'équipe est composée de médecins cardiologues, physiothérapeutes, maîtres de sport, diététicien-ne-s, infirmier-ère-s spécialisé-e-s en éducation thérapeutique, spécialistes en diabétologie, en tabacologie, en psychiatrie, en psychologie.

Le programme

Après **une évaluation personnalisée par un-e cardiologue**, un programme spécifique sera établi, comprenant des activités individuelles et en groupe.

Le programme de réadaptation cardiovasculaire est organisé **3 demi-journées par semaine**, durant 12 semaines au maximum. Il inclut:

- **Un entraînement physique adapté**, varié et aussi ludique: salle de physiothérapie, salle de gymnastique, activités extérieures (marche, urban training), etc.
- **Un enseignement structuré** comprenant des cours donnés par des spécialistes et des entretiens individuels
- **Un encadrement médical**

Tout au long du programme, le-la patient-e bénéficie d'un suivi médical en collaboration avec son médecin traitant.



Informations pratiques

Médecin responsable du programme
Dr Cyril Pellaton, cardiologie et médecine interne FMH

Programme sur le site de Pourtalès

RHNe - Pourtalès

Maladière 45
2000 Neuchâtel

Tél. +41 32 713 36 02
readaptationcardiaque@rhne.ch

Ligne 101, arrêt de bus «Hôpital Pourtalès»

Programme sur le site de La Chaux-de-Fonds

RHNe - La Chaux-de-Fonds

Chasseral 20
2300 La Chaux-de-Fonds

Tél. +41 32 967 27 37
readaptationcardiaque@rhne.ch

Ligne 304, arrêt de bus «Hôpital La Chaux-de-Fonds»

Facturation

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