

**RHNe**

Réseau  
Hospitalier  
Neuchâtelois

## Programme de réadaptation cardio- vasculaire ambulatoire



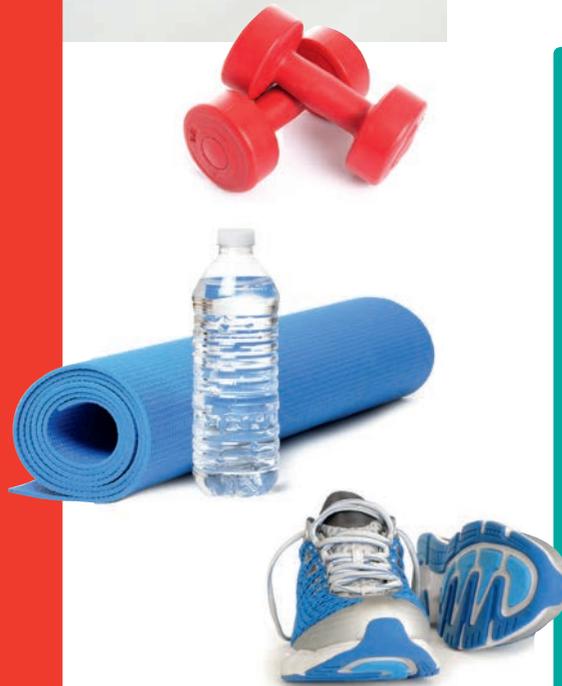


## Guide du patient

La réadaptation cardio-vasculaire est une prise en charge globale s'adressant à toute personne ayant présenté un événement cardio-vasculaire aigu (infarctus du myocarde, par exemple). Elle doit permettre à chaque patient 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 cardio-vasculaire favorise une reprise progressive de l'activité physique de manière structurée dans un environnement professionnel et sécurisant. Le patient bénéficie d'un programme individualisé, adapté à ses besoins spécifiques, selon son état de santé et son évolution. Le programme proposé offre un équilibre entre exercices physiques, relaxation et cours théoriques.

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



## 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 cardio-vasculaire

Préparer la reprise de la vie quotidienne et du travail

## L'équipe

Une équipe pluridisciplinaire composée de spécialistes aidera le patient à retrouver une meilleure santé et confiance en lui. L'équipe est composée de médecins **cardiologues, physiothérapeutes, maîtres de sport, diététiciennes, infirmières spécialisées en éducation thérapeutique, spécialistes en diabétologie, en tabacologie, psychiatrie, psychologie.**



## Le programme

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

Le programme de réadaptation cardio-vasculaire est organisé pendant 3 matinées par semaine, durant 12 semaines au maximum. Il inclut:

- **Un entraînement physique adapté**, varié et aussi ludique: salle de physiothérapie, salle de gymnastique, aquagym, activités extérieures (marche, nordic walking), etc.
- **Un enseignement structuré** comprenant des cours donnés par des spécialistes, des ateliers pratiques en groupe et des entretiens individuels
- **Un encadrement médical**

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

## Informations pratiques

### Adresse

Réseau hospitalier neuchâtelois - Pourtalès  
Maladière 45  
2000 Neuchâtel

### Contacts

#### **Médecin responsable du programme**

Dr Cyril Pellaton, cardiologie et médecine interne FMH

#### **Secrétariat de réadaptation**

Ouverture: 8h00 - 17h00

tél. 032 713 36 02

[readaptationcardiaque@rhne.ch](mailto:readaptationcardiaque@rhne.ch)

### Accès par transports publics

Ligne 101, arrêt de bus «Hôpital de Pourtalès»

### 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).