

# QU'EST CE QUE LE PROGRAMME THRCV ?

Le Programme d'Éducation Thérapeutique pour les personnes présentant un risque cardiovasculaire élevé permet de:

- Comprendre le poids des facteurs de risque cardiovasculaire, l'importance de suivre son traitement, de modifier son alimentation ou encore de réaliser une activité physique.
- Être à l'aise pour échanger avec son entourage
- Être entouré de soignants formés et expérimentés pour vous aider à gérer au quotidien vos facteurs de risque cardiovasculaire en fonction de vos besoins

## Quels patients ?



Toutes les personnes confrontées à plusieurs facteurs de risques cardiovasculaires, comme un diabète, une dyslipidémie, une hypertension artérielle, un tabagisme, ou de la sédentarité

## Objectifs ?



- Connaître mon niveau de risque cardiovasculaire
- Être autonome sur la gestion des facteurs de risque cardio vasculaire et du traitement
- Prendre soin de ma santé et me protéger du risque de faire un accident vasculaire, en trouvant du plaisir à pratiquer une activité physique et avoir une alimentation équilibrée
- Être entouré, avoir confiance en soi et mieux vivre au quotidien

## CONTACTEZ-NOUS

Clinique CARDIOCEAN  
25 allée de la Tourtillière  
17138 PUILBOREAU  
Tél: 05.46.68.00.77  
Fax: 05.46.68.47.94

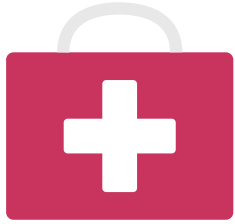
## PROGRAMME D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE

# “TRÈS HAUT RISQUE CARDIOVASCULAIRE”



Ne pas jeter sur la voie publique





## POURQUOI CE PROGRAMME ?

Le programme a été construit par l'équipe de CARDIOCEAN.

Son but est de proposer, si le risque cardiovasculaire est très élevé, des ateliers permettant d'identifier et de corriger des facteurs comme l'HTA, le surpoids, le cholestérol, le diabète ou le tabagisme.

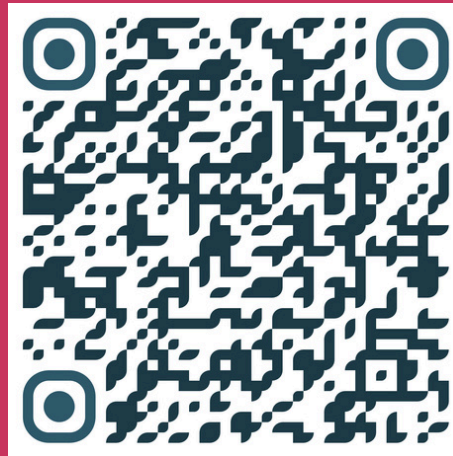
Sa finalité est de diminuer le risque de survenue d'événements graves, sources d'hospitalisation, préjudiciables à la qualité de vie, comme un infarctus ou un accident vasculaire cérébral.

Si vous pouvez en bénéficier, à la suite d'un avis de votre médecin traitant ou votre spécialiste (cardiologue, diabétologue, néphrologue), vous nous adresserez votre demande par courrier ou en mains propres.



## COMMENT SAVOIR SI VOUS ÊTES CONCERNÉS ?

Vous pouvez évaluer, vous-même ou avec votre médecin, votre score de risque cardiovasculaire en renseignant quelques informations simples et faciles à réunir :



Si ce score est de plus de 10%, vous êtes effectivement concerné.

## DÉROULÉ DU PROGRAMME

### 1. ENTRETIEN PERSONNEL INDIVIDUEL

**Objectif:** échanger sur vos questions, attentes et fixer vos objectifs et les moyens pour les atteindre.

### 2. DES RÉUNIONS DE GROUPE

**Objectif:** Partager et réaliser des échanges interactifs et conviviaux

4 réunions:

- Les facteurs de risque cardiovasculaire et signes d'alerte
- L'alimentation adaptée
- L'activité physique adaptée
- La gestion du stress

### 3. LE BILAN

**Objectif:** Faire le point sur les objectifs choisis pour agir sur les facteurs de risque

