



RÉHABILITATION PULMONAIRE

Programme complet de 12 semaines

Un programme encadré par une équipe pluridisciplinaire composée de médecins, psychologues, diététiciens et physiothérapeutes.

Notre objectif est de vous accompagner au cours d'une maladie respiratoire chronique (bronchopneumopathie chronique obstructive, asthme, insuffisance respiratoire,..)

12 semaines
3 fois par semaine



CONTENU DES SÉANCES

- marche/parcours training extérieur
- entraînement sur Cyclo-ergomètre
- cours de gymnastique collective
- renforcement des muscles périphériques et respiratoires
- **4 séances de relaxation**
- **8 séances d'éducation thérapeutique:**
encadrées par une équipe pluridisciplinaire de médecins, diététiciens, psychologues et physiothérapeutes
- des séances de désencombrement bronchique si nécessaire
- **un suivi régulier et des médecins disponibles** tout au long du programme
- **un test des fonctions respiratoires** au début ainsi qu'à la fin du programme pour mesurer vos progrès

À LA FIN DES SÉANCES

Pour consolider les bénéfices de votre réadaptation, continuez avec nous à raison de 1 à 2 heures par semaine. Différents **cours collectifs** vous seront proposés:

- **Nordic walking**
- **Cardio-training**
- **Gym senior**
- **Pilates**

Les cours ne sont pas pris en charge par l'assurance de base mais peuvent l'être par l'assurance complémentaire.

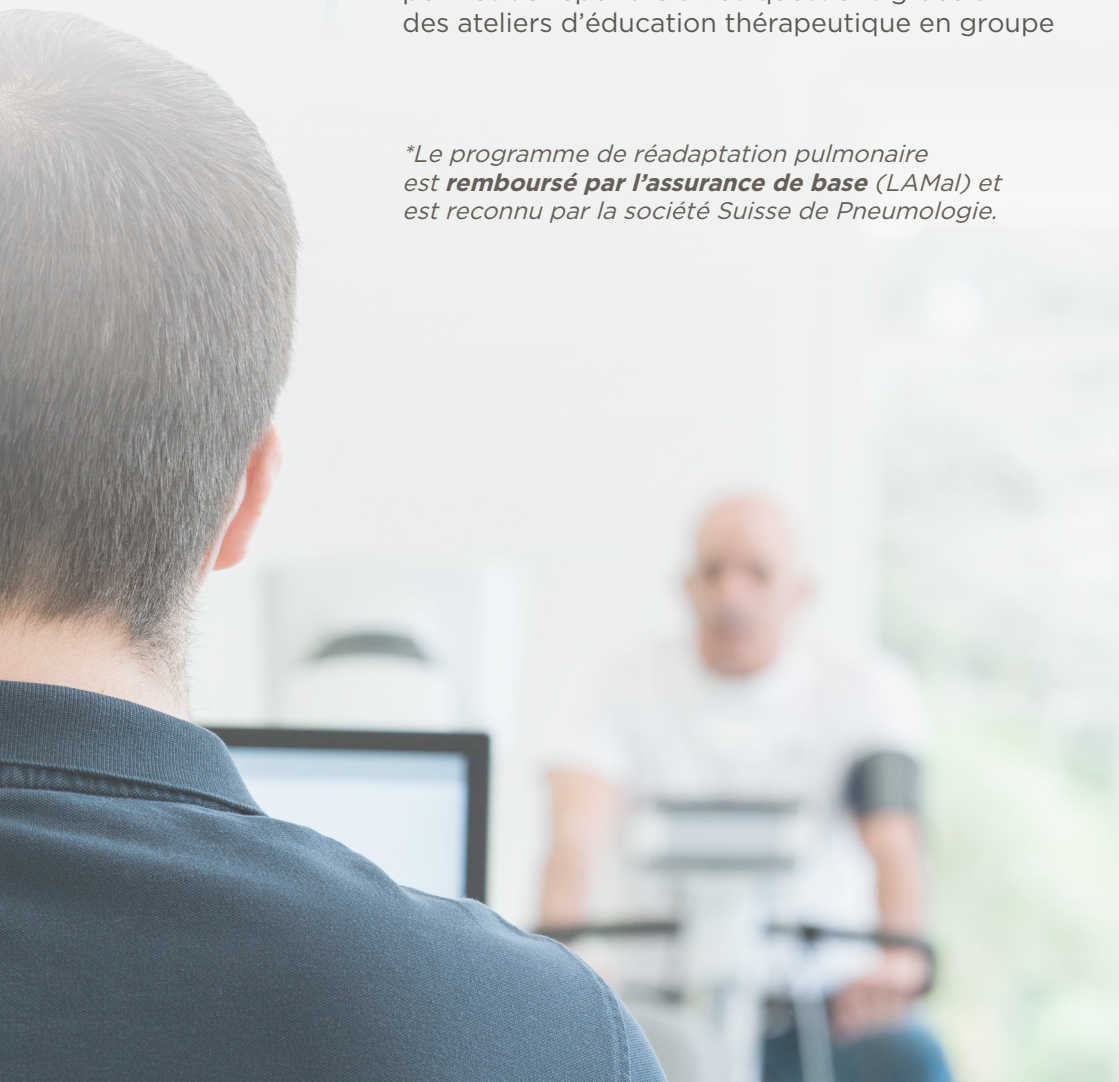
PRIX: 300 CHF/10 séances.

Pris en
charge par
LAMal*

LES BIENFAITS DE LA RÉADAPTATION

- diminue votre essoufflement à l'effort
- améliore votre condition physique et votre qualité de vie
- lutte contre les facteurs de risque et prévient les récurrences
- ralentit la progression de la maladie
- permet de répondre à vos questions grâce à des ateliers d'éducation thérapeutique en groupe

Le programme de réadaptation pulmonaire est **remboursé par l'assurance de base (LAMal) et est reconnu par la société Suisse de Pneumologie.*



L'équipe en charge du programme



Damien FIACRE

Responsable réadaptation ambulatoire
d.fiacre@physio-desgrangettes.ch

Lilas RAGUIN

Responsable physiothérapie stationnaire
l.raguin@physio-desgrangettes.ch



Dr. Jérôme PLOJOUX

Spécialiste en Pneumologie
Hirslanden Clinique des Grangettes



Prendre rendez-vous

- +41 22 552 39 97
- secretariat@physio-desgrangettes.ch
- Route de Chêne 112 - 1224 Chêne-Bougeries, Bâtiment M
- Lu à Je 7h30–19h, Ve 7h30–18h



www.physiotherapie-desgrangettes.ch



En collaboration avec:

HIRSLANDEN
CLINIQUE DES GRANGETTES

