



Réhabilitation respiratoire ambulatoire

Programme pluridisciplinaire
sous la responsabilité du
Service de pneumologie
de l'Hôpital du Valais

Facilement essoufflé à l'effort?

Ce programme s'adresse aux personnes souffrant d'une maladie pulmonaire chronique dont l'essoufflement limite l'activité physique et la qualité de vie.

Objectifs

- Amélioration de la capacité à l'effort et de la qualité de vie, en diminuant l'essoufflement dans les activités quotidiennes.
- Prise en charge personnalisée et individualisée, composée d'activité physique et complétée par des ateliers d'éducation thérapeutique durant lesquels seront abordées la nutrition, l'aide à l'arrêt du tabac, la pharmacologie, etc.

Notre équipe

Pluridisciplinaire, elle se compose de médecins pneumologues de physiothérapeutes, de diététiciennes et d'autres intervenants occasionnels.

Ce programme est proposé en collaboration avec l'Hôpital du Valais et se déroule sous la responsabilité de la Dre Isabelle Frésard, spécialiste en pneumologie et du Prof. Pierre-Olivier Bridevaux, médecin chef du Service de pneumologie.

Toutes nos prestations sont remboursées intégralement par l'assurance maladie de base et le programme est reconnu par la Société suisse de pneumologie (SSP). Parlez-en à votre médecin traitant ou à votre pneumologue, qui vous redirigera vers nous.

Déroulement du programme

- La prise en charge comprend **36 séances**, à raison de **3 séances hebdomadaires**, réparties sur une période de **3 mois**.
- Un **bilan respiratoire d'entrée** est effectué lors de la première séance, comprenant au minimum une consultation avec un pneumologue, une mesure de vos capacités respiratoires et une évaluation de votre capacité à l'effort par un test de marche et une ergométrie.
- Le réentraînement à l'effort est **personnalisé** en termes de durée, d'intensité, de fréquence, de type d'exercices et de progression, en se basant sur les résultats du bilan initial. Les séances se déroulent en petits groupes, encadrés par des physiothérapeutes spécialisés.
- Les **séances d'activité physique** alternent les exercices d'endurance (marche et vélo, en continu ou par intervalles) pour diminuer l'essoufflement, et de renforcement musculaire des bras et des jambes.
- Une **surveillance** des paramètres cardiaques et respiratoires est assurée. Au besoin, le réentraînement est effectué sous oxygénothérapie, voire à l'aide d'une ventilation non-invasive.
- Votre capacité à l'effort sera réévaluée lors du **bilan respiratoire de fin de programme** et un rapport sera renvoyé à votre médecin traitant et à votre pneumologue, leur permettant d'apprécier les résultats obtenus.



Contact

Pour toute question ou information complémentaire, n'hésitez pas à prendre contact avec nous.

Secrétariat du Service de pneumologie

📞 058 773 27 15

Secrétariat du Service de physiothérapie

📞 058 773 20 50

✉️ respirer@hopitalrivierachablais.ch

Nous trouver

Hôpital Riviera-Chablais
Centre hospitalier de Rennaz
Route du Vieux-Séquoia 20
1847 Rennaz

