

PROGRAMME D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE POUR LES PATIENTS ATTEINTS DE RHUMATISME INFLAMMATOIRE CHRONIQUE

CONTACT

RENSEIGNEZ-VOUS SUR LES DATES AUPRÈS
DU SECRÉTARIAT DE RHUMATOLOGIE POUR
VOUS INSCRIRE.

CENTRE HOSPITALIER DE VICHY
Secrétariat du service de Rhumatologie

 04 70 97 33 45



CENTRE HOSPITALIER DE VICHY



**POLYARTHRITE,
SPONDYLARTHRITE**
J'OSE EN PARLER POUR
MIEUX COMPRENDRE

CONCEPTION : SERVICE COMMUNICATION DU CH VICHY

PROGRAMME D'ÉDUCATION
THÉRAPEUTIQUE POUR
LES PATIENTS ATTEINTS DE
RHUMATISME INFLAMMATOIRE
CHRONIQUE

SERVICE DE RHUMATOLOGIE

©2025



CENTRE HOSPITALIER DE VICHY - BP 2757 - 03207 VICHY CEDEX - 04 70 97 33 33 - WWW.CH-VICHY.FR

LE PARCOURS ÉDUCATIF

L'éducation thérapeutique a pour objectif de renforcer vos capacités et/ou celles de votre entourage, à prendre en charge l'affection qui vous touche. Elle facilite l'appropriation de savoirs et de compétences, pour vous permettre de devenir acteur de votre prise en charge et de mieux vivre votre maladie au quotidien.

Le parcours éducatif s'organise de la manière suivante :

■ UN DIAGNOSTIC ÉDUCATIF

Il s'agit d'une rencontre privilégiée avec l'équipe pour mieux connaître vos besoins et vos attentes.

■ LA DÉTERMINATION DES OBJECTIFS

C'est un échange pour définir ensemble vos objectifs, les compétences à acquérir.

■ DES SÉANCES D'APPRENTISSAGES

Elles sont animées par un médecin, un pharmacien, une diététicienne, une psychologue, une aide-soignante et un professeur d'activité physique adaptée.

■ L'ÉVALUATION

C'est un bilan régulier pour faire le point.

SI VOUS SOUHAITEZ QU'UN MEMBRE DE VOTRE FAMILLE VOUS ACCOMPAGNE, IL EST LE BIENVENU.

LES SÉANCES

■ SÉANCES THÉORIQUES

Atelier maladie

- Identifier les manifestations de votre maladie
- Mieux comprendre votre maladie
- Reconnaître une poussée pour ne pas la laisser s'installer

Atelier traitement

- Mieux connaître vos traitements
- Prévenir et gérer les effets indésirables
- Gérer ses antidouleurs

Atelier mise en situation en vie quotidienne

- Savoir réagir aux situations de la vie quotidienne et adapter son traitement

■ SÉANCES AUTOUR DE L'HYGIÈNE DE VIE

Atelier diététique

- Adapter votre alimentation à vos besoins
- Faire le point sur les idées reçues
- Gérer vos apports en calcium

Atelier activité physique

- Mettre en place une activité physique régulière et adaptée à vos besoins

■ MIEUX VIVRE AVEC SA MALADIE

Atelier d'échanges autour de la maladie

- S'exprimer et échanger sur votre vécu et sur les « trucs et astuces » du quotidien

Atelier relaxation

- Prendre soin de soi, gérer son stress
- Connaître des bases de relaxation corporelle

Atelier initiation à l'hypno relaxation

- Découvrir et tester l'hypnose
- Gérer différemment certains symptômes : douleur, anxiété, fatigue