

C'EST QUOI L'ETP ?



L'Éducation Thérapeutique du Patient (ETP) est destinée à aider une personne ainsi que son entourage, à **maintenir ou acquérir des compétences** dont elle a besoin pour **mieux se soigner et mieux vivre son quotidien** avec sa maladie. *Organisation Mondiale de la Santé, 1996*

Ce que l'ETP peut m'apporter :

- **Prendre soin de ma santé** : trouver du plaisir à pratiquer une activité physique, avoir une alimentation adaptée, gérer mes médicaments, faire face à un problème de santé...
- **Être mieux compris** par mon entourage : savoir comment en parler à ma famille, mes amis, mes collègues de travail...
- **Bien vivre au quotidien** : maintenir une vie intime, organiser mon prochain voyage, aller au restaurant, avoir des aides...
- **Être moins seul et avoir confiance en moi** : en parler avec des professionnels de santé spécialisés et partager mon vécu avec d'autres personnes vivant avec la même maladie.

Comment cela peut se présenter ?

- En **action d'accompagnement** : son objet est d'apporter une assistance et un soutien aux malades ou à leur entourage dans la prise en charge de leur maladie.
- En **action éducative ciblée et personnalisée** : apprentissage pratique, ponctuel, mis en œuvre par un professionnel de santé formé à l'ETP pour répondre à un besoin précis lié à votre stratégie thérapeutique.
- En **programme d'ETP** : plusieurs séances éducatives en groupe en individuel, mis en œuvre par une équipe pluriprofessionnelle formée à l'ETP dont le contenu est adapté à vos besoins. Il peut durer quelques jours à plusieurs mois.



Promouvoir l'Éducation Thérapeutique du Patient en Centre-Val de Loire

L'ETP près de chez moi, c'est ici :

prevaloir.fr

Le site Internet de
l'Éducation Thérapeutique
du Patient
en région Centre-Val de Loire



PARLONS-EN

Avec l'Éducation
Thérapeutique,
je prends soin de ma
santé !

*document rédigé par le groupe de travail de la
coordination départementale ETP du 28 et les
bénévoles de l'association ANDAR et
Spondyl'Asso.*



Coordination
départementale | ETP
Eure-et-Loir

J'AI UN RHUMATISME INFLAMMATOIRE CHRONIQUE

ET SI JE PRENAIS SOIN DE MA SANTÉ ?

Les rhumatismes inflammatoires chroniques impactent le quotidien ! Mieux vivre avec sa maladie, ça s'apprend.

Et si je décidais d'améliorer mon quotidien avec mon rhumatisme inflammatoire ?

Voici plusieurs pistes pour y parvenir.



version mai 2025

UN RHUMATISME INFLAMMATOIRE (RIC) C'EST QUOI ?



Les **Rhumatismes Inflammatoires Chroniques - RIC** regroupent :

- la **Polyarthrite Rhumatoïde**,
- la **Spondylarthrite Ankylosante**,
- le **Rhumatisme Psoriasique**.

Ce sont des maladies des **os** et des **articulations** caractérisées par des inflammations, évoluant par poussées sur plusieurs années.



QUELS SONT LES SIGNES D'ALERTE ?

Vous ressentez un des signes suivants depuis **plus de 6 semaines** :

- **Conflèments des articulations**
- **Réveils nocturnes**
- **Douleur au repos**
- **Raideur matinale des articulations de plus de 15 mn.**

Parlez-en à votre médecin ou autre professionnel de santé de votre parcours de santé.

VIVRE AVEC UN RIC, MES BESOINS



"Dès le début de ma maladie, j'ai eu la chance d'être soignée par une équipe pluridisciplinaire à l'hôpital. Je me suis sentie en confiance: je n'étais pas un numéro qui allait de service en service, d'examen en examen. Mais j'étais prise en considération par une chaîne dont chaque maillon prenait soin de moi. Cela m'a permis de mieux comprendre et de mieux gérer ma maladie. Je pense vraiment que tout le monde devrait bénéficier des mêmes conditions de prise en charge " Jeanne, 45 ans

"J'étais un peu perdue avec tous mes traitements sur mon ordonnance que je prenais uniquement en fonction de ma douleur. Mon suivi dans un programme d'ETP m'a permis d'y voir plus clair." Sylvie, 63 ans

"C'est difficile de faire comprendre à mon entourage que tout d'un coup je ne peux plus faire ce qui était prévu parce que la douleur est présente" Alain, 56 ans



CARTOGRAPHIE DES DISPOSITIFS D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE : ETP

Interactive

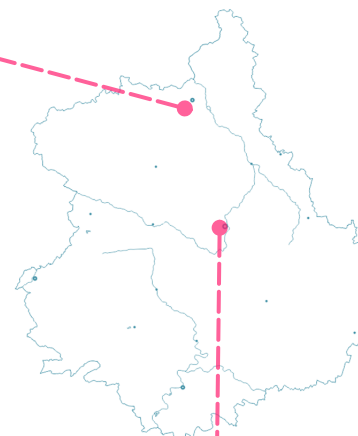


☛ **1 programme ETP :**
Programme d'Education Thérapeutique chez les patients atteints d'un rhumatisme inflammatoire chronique

👤 **Stéphanie PAULUS**
Infirmière coordinatrice

☎ **02.37.38.98.95**

📍 **Centre Hospitalier de Dreux**
Pôle de Santé Publique et consultations externes



☛ **1 programme ETP (en cours de création):**
Education Thérapeutique pour les personnes atteintes de Rhumatismes Inflammatoires Chroniques

☎ **02.37.30.36.20**

✉ **sec-hospi-neurorhumato@ch-chartres.fr**

📍 **Centre Hospitalier de Chartres**
service de rhumatologie, 5ème étage



Association Nationale **ANDAR : Association Nationale de Défense contre la polyarthrite rhumatoïde**

☛ Action d'accompagnement

👤 **Danielle VACHER**

antenne locale :
✉ **andar.eure-loir@polyarthrite-andar.com**

☎ **06.45.75.36.65**

Association Nationale **Spondyl'Asso : Association nationale de lutte contre la Spondyloarthrite**

☛ Action d'accompagnement

👤 **Nicole COMBE**

✉ **asso.spondylasso@yahoo.com**

☎ **02.54.77.00.32**

● action d'accompagnement

● action éducative ciblée et personnalisée

● programme d'ETP

