### C'EST QUOI L'ETP?

L'Education 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 ?

- 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.
- 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.
- **Programme d'ETP:** plusieurs séances éducatives en groupe et/ou en individuel, mises 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'Education Thérapeutique du **P**atient en région Centre-Val de Loire



# **PARLONS-EN**

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

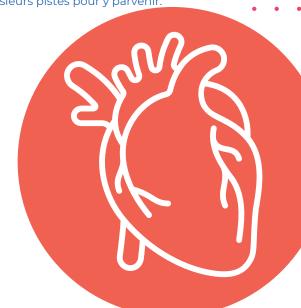
document rédigé par le groupe de travail de la coordination départementale ETP du 28



# J'AI UNE MALADIE CARDIOVASCULAIRE. **ET SI JE PRENAIS SOIN DE MA SANTÉ?**

Les maladies cardiovasculaires sont nombreuses et peuvent toucher toute personne quelque soit son sexe, son âge ou sa condition physique. Le quotidien peut être chamboulé.

Et si je décidais d'améliorer mon quotidien avec la maladie cardiovasculaire? Voici plusieurs pistes pour y parvenir.





# **UNE MALADIE** CARDIOVASCULAIRE CEST QUOI?

C'est une affection pouvant entrainer une difficulté pour le cœur ou les vaisseaux sanguins à assurer leur fonctionnement normal. Leurs rôles sont alors compromis insuffisance entraîner une cardiaque, un infarctus du mvocarde, une ischémie (manque d'oxygène) des membres inférieurs voir un AVC, Accident Vasculaire Cérébral.

## **QUELS SONT LES SIGNES D'ALERTE?**

de brûlures au niveau de la cage thoracique. niveau du bras, du dos ou de la mâchoire.

toux.

perte soudaine d'une ou plusieurs fonctions du cerveau. Il peut provoquer une paralysie d'un membre, des troubles du langage, de la vue ou une asymétrie des traits du visage.

# **VIVRE AVEC UNE MALADIE CARDIO-VASCULAIRE, MES BESOINS**



Thierry, 62 ans:

« Après mon infarctus, je ne savais plus quoi faire, on m'a proposé de faire de l'ETP. J'ai pu apprendre et comprendre en quoi mon hygiène de vie n'était pas adaptée à ma maladie et comment l'améliorer tout en gardant les activités que j'aime faire. Je pensais que l'effort physique était déconseillé, j'ai appris bien au contraire qu'il faut l'adapter et qu'il est nécessaire d'en faire régulièrement. De plus, je ne savais plus ce que j'avais le droit de manger, je déprimais. Grâce à l'ETP, j'ai enfin compris l'importance d'avoir une alimentation équilibrée et que je pouvais encore me faire plaisir raisonnablement. »



### **CARTOGRAPHIE DES DISPOSITIFS** D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE: ETP



Fédération Française de Cardiologie



fedecardio.org

antenne d'Orléans (la plus proche) : coeursanteorleans@gmail.com

coagulants oraux (AVK ou AOD)

**CPTS** 

Karine LEGUILCHER Infirmière coordinatrice

Centre Hospitalier de Dreux

nécessitant la mise sous anti-

Pôle de Santé Publique et consultations

Programme ETP: Maladies thrombo-

emboliques et/ou troubles du rythme

Nogent-le-Rotrou, La Ferté Vidame, ...

à venir (2026) : Action Educative

Patients atteints de Maladies

Ciblée et Personnalisée pour les

coordinatrice de la CPTS du Perche

02.37.51.77.35

Région Perche

Cardio-Vasculaires

06.87.30.63.70

06.76.84.70.91

Stéphanie ALBERT

Nathalie GRANDJOUAN

infirmière coordinatrice



Centre Hospitalier de Chartres

Unité Thérapeutique Insuffisance Cardiaque

Programme d'Education Thérapeutique des Patients Insuffisants Cardiagues Chroniques

Dr Teodora DUTOIU Cardiologue coordinatrice

02.37.33.43.02

tls.ic@ch-chartres.fr



Les Hôpitaux

de Chartres

6 rue Claude Bernard, 28630 Le Coudray 2 Programmes ETP:

Clinique Val du Coudray

• Programme d'Education Thérapeutique des patients souffrant de maladie coronarienne

· Programme d'Education Thérapeutique des patients souffrant d'insuffisance cardiaque

02.37.33.41.00 (demander un enseignant enseignant en Activité Physique Adaptée)

kine2.valducoudray@inicea.fr

action d'accompagnement

action éducative ciblée et personnalisée

programme d'ETP





manifeste généralement par une douleur d'apparition brutale à type d'oppression ou Elle ne cède pas au repos et dure plus de 10 minutes (à l'instar de l'angine de poitrine). Elle peut s'accompagner de douleurs au



L' AVC (Accident Vasculaire Cérébral) est une