

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.



PRÉVALOIR

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 Patient
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*



Coordination
départementale | ETP
Eure-et-Loir

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.



version novembre 2025

UNE MALADIE CARDIOVASCULAIRE C'EST QUOI ?

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

QUELS SONT LES SIGNES D'ALERTE ?

L'**infarctus** est une **urgence vitale**. Il se manifeste généralement par une **douleur d'apparition brutale** à type d'**oppression** ou de **brûlures** au niveau de la **cage thoracique**. 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 niveau du **bras**, du **dos** ou de la **mâchoire**.

L'**insuffisance cardiaque** (cœur fatigué) entraîne quant à lui, une **fatigue chronique**, un **essoufflement**, un **gonflement des jambes**, parfois des **palpitations** ou de la **toux**.

L'**AVC** (Accident Vasculaire Cérébral) est une **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 CARDIOVASCULAIRE, 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



Centre Hospitalier de Dreux
Pôle de Santé Publique et consultations externes
Programme ETP : **Maladies thrombo-emboliques et/ou troubles du rythme nécessitant la mise sous anti-coagulants oraux (AVK ou AOD)**
Karine LEGUILCHER
Infirmière coordinatrice
02.37.51.77.35



Région Perche
Nogent-le-Rotrou, La Ferté Vidame, ...
à venir (2026) : Action Educative Ciblée et Personnalisée pour les Patients atteints de Maladies Cardio-Vasculaires
Nathalie GRANDJOUAN
infirmière coordinatrice
06.87.30.63.70
Stéphanie ALBERT
coordinatrice de la CPTS du Perche
06.76.84.70.91



Centre Hospitalier de Chartres
Unité Thérapeutique Insuffisance Cardiaque
Programme d'Education Thérapeutique des Patients Insuffisants Cardiaques Chroniques
Dr Teodora DUTOIU
Cardiologue coordinatrice
02.37.33.43.02
tls.ic@ch-chartres.fr



Fédération Nationale
Fédération Française de Cardiologie

Action d'accompagnement

fedecardio.org

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

Clinique Val du Coudray
6 rue Claude Bernard, 28630 Le Coudray
2 Programmes ETP :
• 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

