

Présentation du Centre à l'usage des patients avant le séjour



centre DE RÉADAPTATION CARDIO-VASCULAIRE
midi-gascogne



Présentation à l'usage des patients avant le séjour

Le centre Midi-Gascogne reçoit, pour une convalescence active, des femmes et des hommes qui ont eu une maladie cardiaque ou artérielle.

Le Centre est situé dans un cadre reposant, à flanc de coteau, sur la route de TOULOUSE, face à BEAUMONT DE LOMAGNE, bourg de 4 000 habitants, distant de 2 kilomètres.

Son architecture et sa décoration contemporaines ont été conçues pour offrir une ambiance chaude et confortable.

Le bâtiment est entouré d'un parc de 6 hectares où serpentent plusieurs sentiers.

L'hébergement comprend 60 chambres à 1 lit et 6 chambres à 2 lits.

Une chambre particulière vous sera attribuée, si vous le souhaitez. Ce peut être dès votre entrée, ou quelques jours plus tard, dès que possible.

Vous avez fait le projet de venir effectuer un séjour de convalescence et de réadaptation dans notre établissement. Nous vous remercions de la confiance que vous nous faites.

Cette présentation succincte a pour but de vous aider à préparer votre séjour au Centre cardiologique *MIDI-GASCOGNE* : situer l'établissement, vous en présenter

les activités et l'organisation.

Nous vous demandons de lire attentivement cette brochure qui, nous l'espérons, répondra à une grande partie de vos interrogations. Cet ensemble d'informations vous présente de manière résumée le règlement intérieur que vous serez amené(e) à respecter durant toute la durée de votre séjour.

Soignants :

6 médecins cardiologues - 1 médecin diabétologue - 1 cadre infirmier - 1 kinésithérapeute chef - 14 infirmières - 7 aides-soignantes - 2 kinésithérapeutes - 1 psychologue - 2 diététiciennes - 1 professeur de sport - 1 pharmacien gérant - 1 préparatrice en pharmacie

Hôtelier :

4 cuisiniers - 12 aides cuisinières - 8 femmes de ménage - 1 lingère

Administration / Entretien :

1 directeur - 1 économiste - 1 comptable - 5 secrétaires - 1 informaticien - 2 secrétaires médicales - 4 agents d'entretien

Votre séjour : La réadaptation à l'effort physique

La réadaptation à l'effort physique comprend diverses activités dont le principe essentiel est une pratique surveillée, progressive, adaptée à chacun.

En vue d'assurer une progression optimale, chaque patient est intégré à un groupe de niveau auquel correspond un emploi du temps particulier. Chacun pratique, dans son groupe et à sa mesure, les activités de base.

La marche

Au début du séjour elle se fera sur différents circuits. Par la suite, autour du lac de plaisance de Beaumont.

La gymnastique

Cette activité risque d'être nouvelle pour vous ; ne l'appréhendez pas outre mesure.

Les séances quotidiennes réalisées sous la direction de personnes formées, outre leurs bienfaits moteurs, sont l'occasion de rencontres supplémentaires.

C'est le lieu privilégié pour :

- développer les diverses capacités motrices (tonicité musculaire, endurance, coordination) dans le but d'être plus à l'aise dans les

activités professionnelles, sportives, récréatives de la vie courante ;

- découvrir et améliorer la fonction respiratoire ;
- améliorer l'équilibre et l'ajustement postural.

La bicyclette ergométrique

Sous la surveillance directe de l'équipe médicale, en présence de cardiologues, quatre postes avec visualisation permanente de l'électrocardiogramme, permettent chaque jour de faire le point sur l'état d'adaptation à l'effort, ainsi que sur les facultés de récupération. Nous vous proposerons aussi la réalisation d'épreuves d'effort sur bicyclette examen de référence dans notre établissement. La surveillance au cours de ces tests est très rigoureuse afin d'en limiter les risques.

La musculation

Des séances d'exercices adaptés à chacun sont programmées dans l'emploi du temps, sous la direction du kinésithérapeute au sein de l'espace de tonification musculaire et de remise en forme.



La kinésithérapie

Elle n'est pas systématique pour tous les patients, mais largement pratiquée dès qu'il y a à prévenir ou à combattre les complications post-opératoires, à assurer une mobilisation aussi précoce que possible et aider à retrouver rapidement l'autonomie. Nous essayons de répondre le plus efficacement possible aux problèmes algiques, respiratoires, articulaires et musculaires pour réaliser la réadaptation dans les meilleures conditions.

Le repos

Il est une "occupation" importante car il est le complément indispensable aux diverses activités physiques dont il permet à la fois le plein effet et la récupération. Il ménage des temps tout à fait propices à la réflexion, la lecture, l'écoute de musique, la simple rêverie, moments qu'il faudra apprendre à vous imposer lors du retour à domicile.

La relaxation

Une séance de relaxation quotidienne est proposée à la fin de la séance de gymnastique de onze heures.

Plus encore que votre remise en forme physique, la connaissance est l'objectif premier. Connaître votre cœur, votre maladie, vos traitements, les objectifs en terme d'alimentation et d'exercice physique est primordial.

Pour cela une information aussi complète que possible est proposée.

Séances d'information le mercredi de 14h à 16h, sur :

la maladie coronarienne et les facteurs de risque, les maladies valvulaires et leurs traitements chirurgicaux, le mode de vie, l'exercice musculaire, l'alimentation.

Séances d'information le samedi de 11h à 12h et de 14h à 15h30 une information plus détaillée sur les thèmes développés le mercredi une information « sur le terrain », sur les activités physiques : activités sportives, travaux manuels.

Votre entourage, spécialement votre conjoint, est invité à ces séances, notamment celles des mercredis et samedis. Il peut en retirer un réel profit.

PRISES EN CHARGES SPÉCIFIQUES

Beaucoup de patients, vous en êtes peut-être, ont des problèmes médicaux qui justifient une prise en charge spécifique. Nous avons mis en place une organisation de prise en charge plus particulière dans les domaines suivants :

- **Une aide psychologique** peut vous être apportée durant le séjour, notamment si vous avez des difficultés à arrêter de fumer, mais aussi pour d'autres raisons ;
- **Le diabète** : intervention d'un médecin diabétologue ;
- **L'artérite** ;
- **L'insuffisance cardiaque** ;
- **La surcharge pondérale.**



Votre sécurité est notre préoccupation première. Nous mettons en œuvre des moyens humains et matériels destinés à limiter au maximum le risque d'événement grave.

La surveillance médicale se veut très rapprochée. La période qui fait suite à une intervention chirurgicale, une angioplastie, un infarctus

n'est pas exempte de risques.

Nous avons le désir que la reprise des activités physiques se réalise en toute sécurité. Une hélisation est aménagée afin de permettre une évacuation en urgence, les services des soins intensifs de

Toulouse se trouvent ainsi à 15 minutes de notre établissement.

Nous sommes également très attentifs au risque infectieux, toujours présent en milieu hospitalier.

Enfin, nous essayons autant que possible, de vous mettre à l'abri de tout danger inhérent à l'établissement lui-même

Votre séjour : *Le tabac*

Si le désir d'arrêter l'usage du tabac est en vous, soyez persuadé que vous y arriverez. Déjà, avant votre séjour, commencez à réduire le nombre de cigarettes, vous limitant à celles qu'il est le plus difficile de supprimer – notamment après les repas. Ce serait un grand pas de fait. En même temps essayez de réduire tous les excitants, en particulier le café ainsi que les sucreries.

Vous êtes convaincu que le tabac est l'un des tout premiers ennemis de votre cœur mais vous avez peut-être des difficultés à arrêter de fumer. Le séjour que vous allez faire dans notre Maison peut être ce moment privilégié, voire décisif.

En effet, nous vous proposons une infrastructure favorable : un personnel motivé, un protocole que vous devrez suivre durant le séjour ainsi que des activités physiques qui occupent le temps, le corps et l'esprit.

Si vous n'avez pas encore arrêté de fumer, il faut que vous en ayez un très fort et sincère désir. Si ce n'était pas le cas votre séjour perdrait une grande partie de son sens et, dès lors, il vaudrait mieux le reporter à

une période ultérieure lorsque vous vous sentirez psychologiquement prêt à cette démarche.



En opposition avec la cardiologie d'urgence, nous voulons vous offrir une médecine calme, propre à « décompresser », à refaire vos forces.

Votre séjour est organisé en essayant de tenir compte de plusieurs paramètres :

- *La nécessité d'une durée suffisante, notamment pour bénéficier d'une information dense et la plus complète possible ;*
- *Le nombre important de patients désireux d'effectuer un séjour dans notre établissement ;*
- *Notre volonté de vous éviter une trop longue attente à domicile, facteur de démotivation ;*
- *Une gestion optimale de notre offre de soins.*

La durée du séjour doit être suffisante. La cicatrisation - d'une plaie ou d'un infarctus - demande un certain temps. Nous proposons les solutions suivantes.

Dans les jours dits de travail effectif nous ne comptons pas les dimanches et le jour de sortie ; cependant les patients sont libres du choix de l'heure de sortie et de ce fait ils peuvent faire de ce dernier jour, un jour de travail.

Aux patients « médicaux » (infarctus, angioplastie), ou opérés depuis longtemps (plusieurs mois), nous proposons une période comprenant 18 ou 19 jours de travail effectif soit 3 semaines ;

Aux patients opérés récemment, plus spécialement ceux qui viennent directement du

service de chirurgie, nous proposons une période de 22 à 23 jours de travail effectif soit 3 semaines et demi.

Bien entendu, cela n'a rien de rigide, et peut être modulé en fonction des particularités, surtout en fonction d'éléments médicaux.



Votre séjour : les sorties

Elles sont possibles, en fonction de l'état médical des patients et de leur autonomie par rapport aux traitements (injections d'INSULINE, d'anti-coagulant).

Semaine	Sorties au plus tôt	Retour au plus tard
Ordinaire	Le dimanche matin après le petit-déjeuner	Le dimanche soir à 22h

Lorsqu'un jour férié ponctue votre séjour, les modalités de sortie sont dictées par les règles suivantes.

Elles s'appliquent à tous les patients, nous vous demandons de les examiner attentivement.

Semaine	Sorties au plus tôt	Retour au plus tard
Avec un jour férié le lundi	Le dimanche matin après le petit-déjeuner	Le lundi soir à 22h
Avec un jour férié le mardi, le mercredi, le jeudi ou le vendredi	Le matin après le petit-déjeuner	Le soir à 22h
Avec un jour férié le samedi	Le samedi matin après le petit-déjeuner	Le dimanche soir à 22 h
Jour de Noël et janvier en semaine	La veille du jour férié après 17 h	Le soir du jour férié à 22h

LES ACCOMPAGNANTS :

Il nous est possible d'accueillir votre conjoint durant tout ou partie de votre séjour. Il est souhaitable de nous le signaler dès la réservation de votre place.

De manière générale nous ferons tout notre possible pour satisfaire vos demandes.

LES VISITES :

Les visites ne sont pas réglementées. Cependant, elles ne doivent gêner ni votre repos, ni vos activités, notamment votre participation aux séances d'information. Pour ces dernières il est même recommandé à votre entourage d'y assister.

Vos visiteurs peuvent prendre des repas dans l'établissement dans la mesure de nos possibilités et à condition d'avertir assez tôt.

Linge et vêtements à prévoir :

Il vous faut avoir à l'esprit que vous serez amené à faire de l'exercice physique, (donc à devoir vous changer assez souvent), aller souvent à l'extérieur, (peut-être par temps de pluie).

Il vous faut donc prévoir :

- de bonnes chaussures pour la marche « sportive » ;
- suffisamment de linge de corps et de linge de toilette ;
- des vêtements de sport ;
- des vêtements de pluie ;
- le nécessaire de toilette.

De plus, nous vous demandons de porter un drap de bain pour protéger le matériel utilisé lors des activités de gymnastique et de musculation.

Un service de lavage de linge est à la disposition des patients hospitalisés. Ce service est payant pour les accompagnants comme indiqué dans la grille de tarifs jointe. Dans la mesure du possible nous vous demandons de porter ces affaires dès votre entrée mais tout peut être acheté à Beaumont.

Médicaments :

Les médicaments relatifs à votre affection cardiaque vous seront fournis pendant le séjour.

Nous rappelons aux patients diabétiques, qui possèdent un lecteur de glycémie capillaire, de bien vouloir l'apporter, ainsi que les bandelettes et réactifs.

Votre séjour : Démarches administratives

Suivant votre situation, premier séjour à Midi-Gascogne ou si vous avez déjà effectué un séjour antérieur, vous devez disposer des documents énumérés ci-dessous. Nous restons à votre disposition pour vous assister dans vos démarches.

Pour un premier séjour

- Dossier médical
- Carte de groupe sanguin
- Bulletin de situation émis par l'établissement de court séjour
- Attestation papier expédiée avec la carte vitale
- Carte vitale
- Carte de mutuelle avec attestation de prise en charge

Si vous avez déjà effectué un séjour

- Dossier médical
- Carte de groupe sanguin
- Certificat médical de votre cardiologue traitant pour un séjour de réadaptation
- Carte vitale mise à jour de vos droits (prise en charge à 100 % des soins liés à votre pathologie cardiaque)
- Attestation papier expédiée avec la carte vitale
- Carte de mutuelle avec attestation de prise en charge

De plus, si vous avez souscrit un contrat de couverture complémentaire maladie auprès d'une mutuelle ou d'une compagnie d'assurance, vous devez faire une demande de prise en charge des frais hôteliers liés à votre séjour, forfait journalier et éventuellement supplément pour chambre particulière. Si à la fin de votre séjour nous ne possédons pas d'attestation de prise en charge de votre organisme de couverture complémentaire, vous aurez à

payer tous les frais liés à votre hébergement. La fiche de présentation des tarifs applicables à l'établissement doit vous permettre d'évaluer ces frais.

Vous habitez à plus de 150 km de notre établissement : le remboursement de vos frais d'acheminement par votre caisse d'assurance maladie sera effectué si vous avez fait une demande d'entente préalable 15 jours avant votre entrée ou votre sortie.

L'ambiance que nous essayons de créer et de maintenir dans notre Maison est destinée à assurer des soins de qualité dans un climat chaleureux.

Charte de la Personne Hospitalisée

L'établissement s'engage à respecter la charte de la personne hospitalisée. Cette dernière peut être consultée dans sa version intégrale sur le site « www.sante.gouv.fr ».

Si vous avez un souhait particulier concernant vos droits énoncés dans cette charte (notamment la confidentialité) veuillez contacter au plus tôt l'une des personnes citées page suivante.

Notre désir est d'être disponible aux attentes du malade afin de mieux le servir ; pour autant, cela n'est possible que grâce à la collaboration de tous, notamment des patients eux-mêmes. Aussi nous souhaitons :

- que vous ne fumiez pas ;
- que vous n'apportiez pas d'aliments type charcuteries, fromages ;
- que vous n'apportiez pas de boissons alcoolisées ;
- que vous respectiez le règlement intérieur ;

- de manière plus générale, que, par votre attitude, vous participiez à créer un climat de calme, de silence et de détente dont vous serez d'ailleurs le premier bénéficiaire.

Cette lettre d'information a donc pour objectif de vous aider à vous préparer, notamment psychologiquement, à votre séjour. Si elle était au contraire un facteur de découragement ou de démotivation, nous sommes à votre disposition pour en parler par téléphone.

A bientôt, nous le souhaitons...



Le Centre "MIDI GASCOGNE" a ouvert le 7 février 1977. Depuis lors, environ 27 000 patients y ont fait un séjour.

MIDI-GASCOGNE est un Centre de réadaptation fonctionnelle spécialisé en cardiologie (Journal officiel du 26 mars 1974).

Il est administré par une SARL dont le gérant est Emmanuel LAFFOSSE. Sa capacité est de 72 lits.

Les interlocuteurs avant votre séjour :

- Secrétaire réception.
- Secrétaire entrées.
- Emmanuel Laffosse : directeur.
- Les médecins.

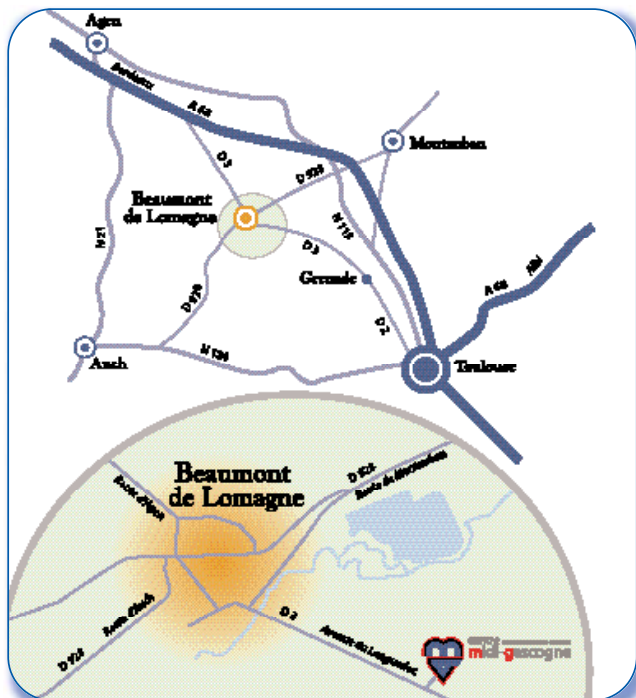
Adresses utiles

● Mairie de Beaumont de Lomagne
13, place Gambetta
Tél.: 05 63 02 32 52
Fax.: 05 63 02 43 01

● Village de Loisirs Le Lomagnol
avenue du Lac
Tél.: 05 63 26 12 00
Fax.: 05 63 65 60 22

● Hôtel du Commerce
58 rue du Maréchal Foch,
Tel.: 05 63 02 31 02

● Chambres d'hôtes
L'Arbre d'Or
10 rue Despeyrous,
Tel.: 05 63 65 29 85



Centre de réadaptation fonctionnelle spécialisé en cardiologie
1487 avenue du Languedoc 82500 Beaumont de Lomagne
Téléphone : 05 63 21 50 00 - Télécopie : 05 63 65 26 40

<http://www.midi-gascogne.com> SARL au capital de 50 000 € - RC Montauban 73 B 46