

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



centre DE RÉADAPTATION CARDIO-VASCULAIRE
midi-gascogne

Photo aérienne mai 2011

Présentation à l'usage des patients avant le séjour



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. Nous vous demandons de la lire attentivement. Nous espérons qu'elle 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.

L'équipe Midi Gascogne est composée de :

Soignants

6 médecins cardiologues, 1 médecin diabétologue
2 cadres de santé, 14 infirmières, 7 aides-soignants
3 kinésithérapeutes, 1 psychologue
2 diététiciennes, 3 professeurs de sport
1 pharmacien gérant, 2 préparatrices en pharmacie
1 manipulateur en radiographie

Personnel hôtelier

4 cuisiniers, 12 aides cuisinières
8 femmes de ménage, 1 lingère, 4 agents d'entretien

Personnel administratif

1 directeur, 1 économiste, 1 comptable
5 secrétaires, 1 informaticien
3 secrétaires médicales

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.

La marche

Au début du séjour, elle sera réalisée sur différents circuits. Par la suite, elle se fera 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 sont réalisées sous la direction de personnes formées. Vous y développerez vos capacités motrices, respiratoires et posturales.



La bicyclette ergométrique

Réalisées quotidiennement, en présence de cardiologues, ces séances permettent 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 a pour but de prévenir ou combattre les complications post-opératoires. Elle peut aussi aider à retrouver rapidement l'autonomie par une mobilisation précoce.

Le repos

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.

La relaxation

Une séance de relaxation quotidienne est proposée.

Votre sécurité

Elle est notre préoccupation première. Nous avons le désir que la reprise des activités physiques se réalise en toute sécurité. 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 dans une période qui n'est pas exempte de risques. Grâce aux moyens du SAMU, les services des soins intensifs de Toulouse se trouvent à 15 minutes de notre établissement.

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

Votre séjour : information et éducation thérapeutique

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, nous avons développé des programmes d'éducation thérapeutique qui vous seront proposés par les différents coordonnateurs. En complément de ces actions ciblées, vous aurez accès à des séances d'information qui abordent la maladie coronarienne, les facteurs de risque, les maladies valvulaires, leurs traitements chirurgicaux, le mode de vie, l'exercice musculaire et l'alimentation.

En fonction de vos besoins, des prises en charge spécifiques seront mises en place (sous forme d'ateliers et de suivi individuel) :

- le diabète : intervention d'un médecin diabétologue,
- l'artérite oblitérante des membres inférieurs,
- l'insuffisance cardiaque,
- la surcharge pondérale,
- le sevrage tabagique.



Vos objectifs en matière d'éducation seront validés en début de séjour et feront l'objet d'un « contrat » entre vous et l'équipe soignante.

La présence aux séances collectives ou individuelles contenues dans votre « contrat » est indispensable pour que le séjour soit aussi bénéfique que possible. Votre entourage – *spécialement votre conjoint* – peut y participer, notamment aux séances des mercredis et des samedis. Il peut en retirer un réel profit.

Le tabac

Si le désir d'arrêter durablement 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.

En même temps, essayez de réduire tous les excitants, en particulier le café ainsi que les sucreries.

Nous avons développé des programmes d'éducation d'aide au sevrage tabagique et de prise en charge du surpoids qui donnent d'excellents résultats auprès des personnes motivées.

Si vous n'avez pas encore arrêté de fumer, il vaudrait mieux ne pas précipiter la réalisation de votre séjour et le reporter à une période ultérieure lorsque vous vous sentirez psychologiquement prêt à cette démarche.

Durée du séjour

En opposition avec la cardiologie d'urgence, nous voulons vous offrir une médecine calme, propre à « décompresser », à refaire vos forces. La durée du séjour doit être suffisante, la période qui suit un événement cardiaque n'étant pas exempte de complication. Votre séjour est organisé en tenant compte de votre projet personnel et de notre mode de fonctionnement.

Aux patients « médicaux » (angioplastie, stent...), ou opérés depuis longtemps (plusieurs mois), nous proposons une durée de séjour de 3 semaines.

Aux patients opérés récemment (pontages, valvuloplastie...), plus spécialement ceux qui viennent directement du service de chirurgie, nous proposons un séjour de 3 semaines et demie.

Dans les jours qui suivront votre entrée, la durée de votre séjour sera définie, une date de sortie sera fixée. Elle pourra, bien entendu, être modifiée en fonction d'éléments médicaux.

Le jour de la sortie, il vous sera demandé de libérer votre chambre avant 10 heures.

Les sorties d'une journée

Elles sont possibles, en fonction de l'état médical des patients. Les patients sous anticoagulant injectable doivent être présents au sein de l'établissement aux heures d'injection.

| Semaine | Sortie 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 | Sortie 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 22h |
| Jour de Noël et 1 ^{er} janvier en semaine | La veille du jour férié après 17h | Le soir du jour férié à 22h |

Les accompagnants :

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

Les visites :

Les visites ne sont pas réglementées. Cependant, elles ne doivent gêner ni votre repos, ni votre participation aux activités. Ainsi, l'accès au chambre est autorisé jusqu'à 18h45, et l'accès aux parties communes jusqu'à 21h30 afin d'assurer le calme pour les patients hospitalisés.

Linge et vêtements à prévoir :

Il vous faut avoir à l'esprit que vous serez amené(e) 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, et 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 comme indiqué dans la grille des tarifs ci-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 nécessaires à votre prise en charge 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.

Une semaine avant votre entrée, nous vous remercions de nous adresser l'ordonnance de vos médicaments. Afin d'assurer la continuité médicamenteuse, nous pourrions vous demander d'apporter, pour les 3 premiers jours du séjour, quelques unités de vos traitements spécifiques c'est-à-dire des traitements pour des pathologies autres que cardiaques..

Documents administratifs

Afin d'organiser au mieux votre séjour nous vous remercions de vous munir des documents suivants :

Dossier médical, Ordonnance(s), Carte de groupe sanguin, Carte vitale à jour, Attestation de 100% pour la pathologie cardiaque (démarche à effectuer avec votre médecin référent), **Certificat médical justifiant le séjour, Carte de mutuelle** (si vous avez souscrit un contrat), **Une pièce d'identité en cours de validité.**

Autres démarches :

- Si vous avez souscrit un contrat de couverture complémentaire (mutuelle, assurance) faire une demande de prise en charge des frais liés au forfait journalier et au supplément pour chambre individuelle. Si votre prise en charge ne couvre pas entièrement la totalité de vos frais, vous aurez à vous acquitter de la différence par rapport à nos tarifs. La fiche de présentation des tarifs applicables à l'établissement doit vous permettre d'évaluer ces frais.
- Contacter votre médecin traitant afin qu'il effectue les démarches de prise en charge du trajet pour vous rendre vers notre établissement.
- Si vous habitez à plus de 150 km de l'établissement, dès votre entrée, faire une demande d'entente préalable pour la prise en charge de vos frais de transport de retour au domicile.

Nous restons à votre disposition pour vous assister dans vos démarches.

Démarches de pré-admission

Avant votre arrivée dans notre structure, une programmation de votre admission sera organisée, les informations suivantes seront validées :

Date et heure d'arrivée. Nous vous demandons d'arriver dans l'établissement entre 10h et 15h ;

Type d'hébergement souhaité (chambre simple, chambre double). Une chambre particulière vous sera attribuée, si vous le souhaitez. Ce peut être dès votre entrée, ou quelques jours plus tard, dès que possible.

Fiche de pré-admission complète (pour les patients arrivant en transfert d'un établissement de court séjour). Pour les personnes arrivant du domicile, il est indispensable de nous faire parvenir au moins une semaine avant votre arrivée, **un courrier détaillé du médecin** qui vous prescrit le séjour.

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 nous le signaler le plus tôt possible.

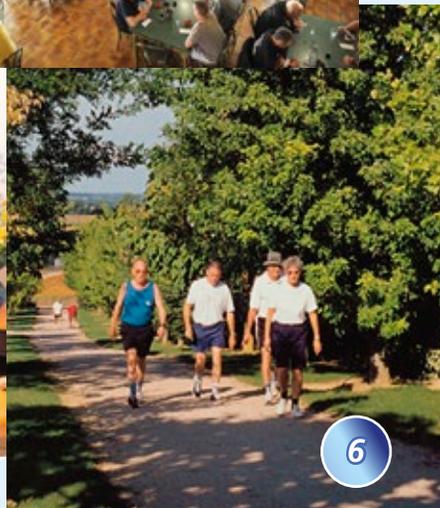
Notre désir est d'être disponible aux attentes du malade afin de mieux le servir ; pour autant, cela n'est possible que grâce à la collaboration de tous, notamment des patients eux-mêmes.

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.

À bientôt, nous le souhaitons...

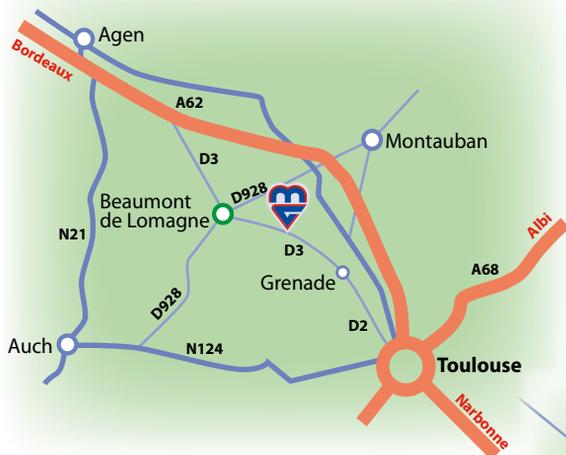


Depuis 1977, le centre Midi-Gascogne reçoit pour une convalescence active, des femmes et des hommes qui ont eu une maladie cardiaque ou artérielle. Depuis lors, environ 39.000 patients y ont fait un séjour.

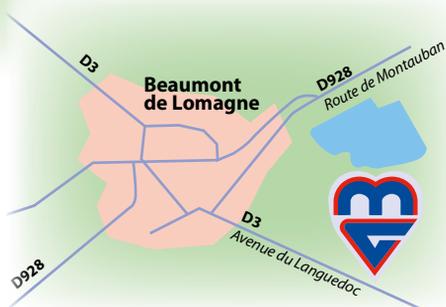
L'établissement est situé dans un cadre reposant, à flanc de coteau, sur la route de TOULOUSE, face à BEAUMONT DE LOMAGNE, bourg de 4000 habitants, distant de 2 kilomètres.

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.



Pour toute question
vous pouvez contacter
le bureau des entrées
au 05 63 21 50 85 ou
admission.mg@gmail.com



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

Coordonnées GPS 43°52'26"N – 1°00'32"E

Mail : contact@midi-gascogne.com - <http://www.midi-gascogne.com>

SARL au capital de 50 000 € - RC Montauban 73 B 46