

Nos contacts

et renseignements



Afin de vous aider à améliorer votre équilibre
et votre qualité de vie :

- Notre équipe propose un programme d'éducation thérapeutique validé par l'agence régionale de santé (ARS) Bretagne
- Celui-ci s'organise autour de différents ateliers individuels et/ou collectifs, animés de façon ludique par de professionnels de santé
- Atelier diététique
- Atelier activité physique
- Atelier gestion de traitement

Pour nous contacter

Education thérapeutique

explo.pneumo@ch-stmalo.fr

ou

Infirmière d'éducation thérapeutique

02.99.21.21.21 Poste 29 55



PROGRAMME D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE

Parlons en Ensemble !

Prise en charge des apnées du sommeil

Tous les programmes ETP
sont pris en charge
DANS LE FORFAIT DE SOINS



Centre Hospitalier de Saint-Malo



Les apnées du sommeil

C'est quoi ?



L'apnée du sommeil est un trouble de la respiration nocturne caractérisé par la survenue anormalement fréquente de pauses respiratoires.



Les apnées du sommeil peuvent favoriser la survenue d'autres maladies telles que l'hypertension artérielle (HTA), problèmes cardiaques, accident vasculaire cérébral (AVC),...



L'apnée du sommeil a un retentissement sur la qualité de vie professionnelle et personnelle, sur la qualité du sommeil et les activités physiques.



L'Objectif du programme



Pourquoi le prendre en charge ?



Améliorer la **qualité de vie**



Etre autonome dans la **gestion du traitement**



Prévenir des **complications**

Comment le prendre en charge ?



Retrouver une alimentation équilibrée et une activité physique adaptée



Gestion et adaptation des traitements



Grâce à des ateliers collectifs, avec des personnes ayant le même traitement.

