



Où?

Locaux de revalidation
Site Saint-Joseph
rue Marguerite Depasse, 6
6060 Gilly

Quand?

Les lundis, mercredis et vendredis
de 13h à 15h

Contact

Secrétariat de médecine physique
071/10 70 74

Équipe

Kinésithérapeute du site

CHIRURGIE THORACIQUE ET ABDOMINALE

Réhabilitation préopératoire

Objectifs :

1. Améliorer votre condition physique en vue de votre intervention chirurgicale :
 - En réduisant vos risques de comorbidité liés à l'intervention.
 - En améliorant votre qualité de vie.
 - En vous initiant à l'activité physique.
2. Diminuer votre durée de séjour en milieu hospitalier.
3. Favoriser un retour rapide à la vie active.

Pour qui?

- Toute personne pour laquelle un risque de comorbidité a été décelé lors des consultations préopératoires par le chirurgien et/ou l'anesthésiste.
- Toute personne souffrant d'une pathologie respiratoire telle qu'une BPCO (bronchopneumopathie chronique obstructive) à un stade élevé.
- Toute personne en surcharge pondérale dont le BMI est $>$ à 40
 - BMI = indice de masse corporelle, pour les personnes de + de 18 ans. Norme : 20 à 25
 - De 30 à 35 = obésité légère
 - De 35 à 40 = obésité modérée
 - + de 40 = obésité morbide

Comment?

En vous offrant la possibilité de suivre un programme adapté de réhabilitation «sous surveillance médicale» ou «sous la surveillance de professionnels de la santé» durant 4 semaines à raison de 3 séances par semaine avant votre intervention.

Ce programme sera adapté à vos besoins.

Le programme comprend :

- Des exercices de réentraînement à l'effort (tapis de marche, cycloergomètre...).
- Des exercices de renforcement musculaire, d'assouplissement, de coordination...
- Des exercices de prise de conscience de votre appareil respiratoire, de toilette bronchique.
- De l'éducation à la Santé (hygiène de vie, anticipation de la prise en charge postopératoire...).
- La possibilité de rencontrer un(e) psychologue.
- Un suivi par un(e) diététicien(ne).