

# La réhabilitation respiratoire



## Qui est concerné par la réhabilitation respiratoire ?

La réhabilitation respiratoire fait partie des piliers du traitement de la **BPCO**.

Elle est prescrite par votre médecin traitant ou spécialiste dès que vous présentez une **dyspnée**, une intolérance à l'exercice physique ou si vous diminuez vos activités quotidiennes malgré les traitements médicamenteux ou après une exacerbation.

(HAS - Guide du parcours de soins bronchopneumopathie chronique obstructive (BPCO) – 2020)

# Qu'est-ce que la réhabilitation respiratoire ?



Le réentraînement à l'exercice physique



Un équilibre nutritionnel visant à favoriser la masse musculaire



Les temps d'ETP ou d'éducation Thérapeutique du Patient



Des séances de kinésithérapie respiratoire



Un accompagnement au sevrage tabagique



Une prise en charge psychosociale

Un premier entretien permet de cibler les besoins (médicaux), de prendre en compte les contraintes (du patient et de l'offre de soin) pour choisir les actions à mener.

## Quel est l'intérêt de faire un programme de réhabilitation respiratoire ?

Après un programme de réhabilitation respiratoire vous pourriez **vous sentir plus dynamique**, moins fatigué, avec plus de souffle et plus de force dans les bras et les jambes. Vous pourriez **réinvestir certaines activités de loisirs** qui vous étaient devenues pénibles. Certains patients rapportent une **diminution de l'anxiété et la dépression** liées à la BPCO. **Globalement, on peut parler d'une meilleure qualité de vie.**

Avec l'arrêt du tabac, c'est l'un des traitements le plus efficace dans la gestion de la BPCO.

## Où est ce que l'on fait un programme de réhabilitation respiratoire ?

**En milieu médicalisé :** Soins Médicaux et de Réadaptation (SMR), Hôpitaux, Cliniques, etc.  
Hospitalisation complète ou à la journée (ambulatoire)

**À domicile :** professionnel de santé se déplaçant à domicile, cabinet de kinésithérapie libéral de proximité, etc.

## Différents professionnels pourront être à votre écoute et vous accompagner :

Médecin, kinésithérapeute, infirmier, enseignant(e) en Activité Physique Adaptée (APA), diététicien(e), psychologue, tabacologue, etc.

**Soyez l'acteur principal de votre traitement, ça marche !**

Le maintien d'une **bonne hygiène de vie** à la suite des programmes de réhabilitation respiratoire permettra de maintenir les bénéfices obtenus :

- Pratique régulière de l'activité physique
- Maintien du sevrage tabagique
- Alimentation équilibrée
- Exercice d'auto drainage bronchique

**Nous contacter**

04 76 51 03 04

[www.agiradom.com](http://www.agiradom.com)