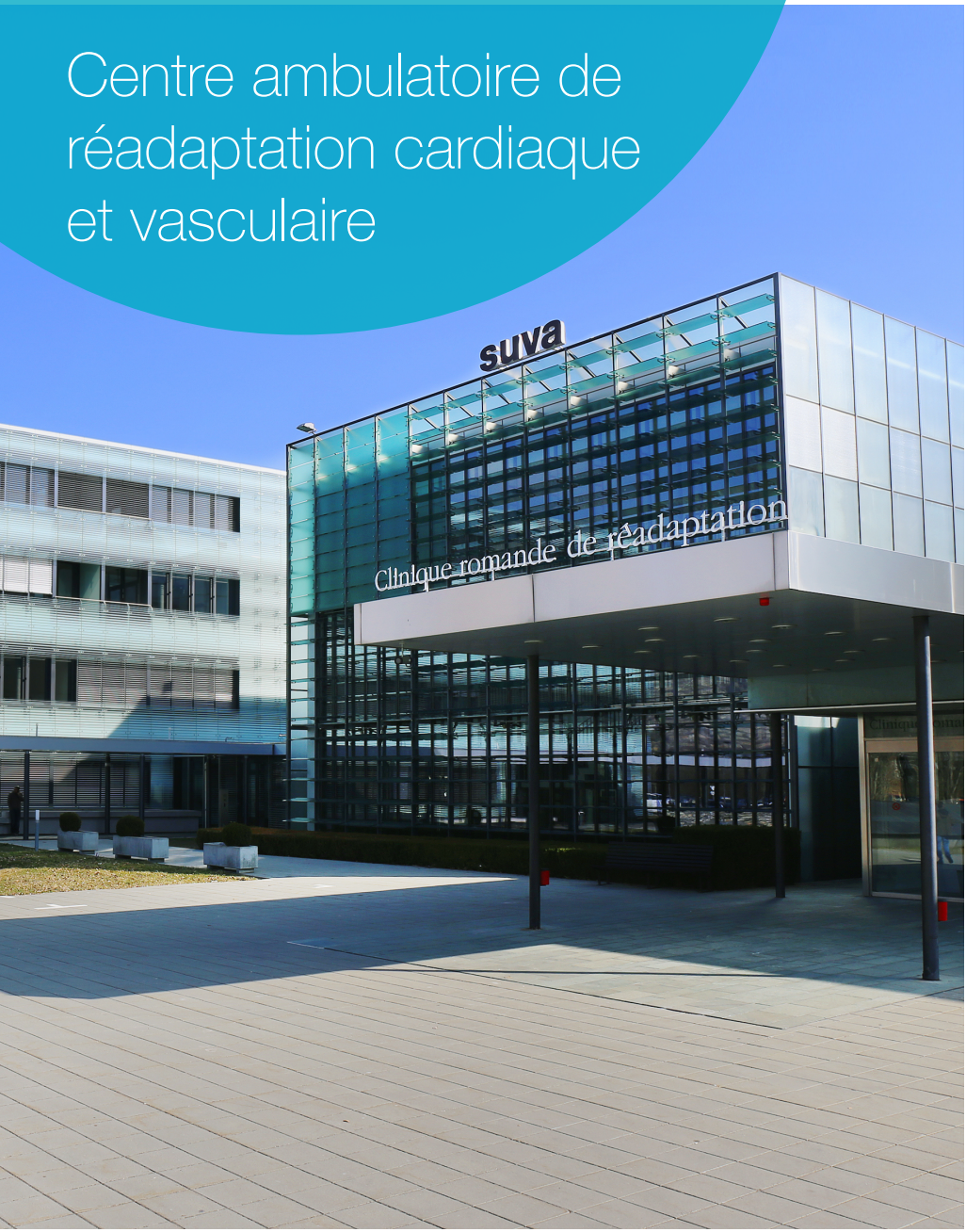
Centre ambulatoire de réadaptation cardiaque et vasculaire



suva

Hôpital du Valais
Spital Wallis

crr sion
clinique romande de réadaptation

Pour qui ?

Toute personne peut bénéficier d'une réadaptation cardiovasculaire dans notre centre lorsqu'elle présente un des critères suivants :

- Maladie coronaire avec ou sans infarctus
- Pontage coronarien ou dilatation coronarienne
- Interventions sur le cœur ou les gros vaisseaux (valves cardiaques, prothèses aortiques)
- Maladies du myocarde avec insuffisance cardiaque
- Troubles circulatoires périphériques
- Accident vasculaire cérébral sans séquelles importantes
- Mise en place d'un défibrillateur implantable
- Facteurs de risque cardiovasculaires multiples (diabète sucré, hypertension, hypercholestérolémie, activité physique insuffisante, tabagisme, stress, obésité) nécessitant des mesures de prévention cardiovasculaire.



Pourquoi ?

- Réapprendre à pratiquer en toute sécurité et avec plaisir une activité physique adaptée à vos possibilités et envies.
- Découvrir les bienfaits d'une alimentation saine et équilibrée, contrôler vos facteurs de risque et bien d'autres éléments par le biais d'enseignements théoriques.
- Partager vos émotions et vos expériences lors de discussions, trouver des solutions à vos problèmes personnels, rencontrer d'autres personnes ayant vécu une histoire semblable à la vôtre.



Évaluation médicale

- Bilan du patient après l'événement cardiaque (test d'effort, ECG, entretien avec le cardiologue).
- Contrôle des traitements médicamenteux.
- Planification individualisée du programme de réadaptation.



Programme physique et théorique

Ce programme se déroule sur 10 semaines à raison de 3 demi-journées par semaine. Il comporte :

Une activité physique contrôlée

comportant près de 70 heures de réentraînement en salle de gymnastique et sur les appareils, d'exercices dans l'eau, de marche à l'extérieur et de séances de relaxation

Un enseignement théorique

comprenant une dizaine d'heures d'enseignement données par des médecins, infirmières, psychologues, diététiciennes et physiothérapeutes afin d'acquérir un comportement plus favorable à sa santé.



Accès

La Clinique romande de réadaptation est très facile d'accès (en transports publics ou en véhicules privés).

Accès en train ou en bus

Depuis la gare de Sion, la ligne BS11 (Gare - Suva) des Bus Sédunois vous conduira directement devant la Clinique (arrêt Suva).

Accès en voiture

Depuis la sortie de l'autoroute Sion-est, suivre les panneaux « Clinique SuvaCare ».



Contact

Hôpital de Sion

Av. du Grand-Champsec 80
1951 Sion

Epreuves fonctionnelles
Téléphone : +41 27 603 86 86





La référence en réadaptation au coeur du Valais

Clinique spécialisée dans la réadaptation et la réinsertion des victimes d'accidents, la médecine du sport, la réadaptation professionnelle et les expertises médicales.

Clinique romande de réadaptation

Av. Grand-Champsec 90
CH-1951 Sion VS
+41 27 603 30 30
info@crr-suva.ch
www.crr-suva.ch

Août 2023

Réf. crr_5002_fr