



## Situation Géographique

L'hôpital Villiers Saint Denis se trouve à mi distance entre Reims et Paris, à proximité de l'autoroute A4.

Il est construit dans un parc boisé et vallonné de 42 hectares dans lequel vous pourrez vous promener.



## Recommandations

### aux patients de réhabilitation respiratoire

Votre pneumologue ou médecin traitant vous a conseillé de faire une réhabilitation respiratoire à l'hôpital Villiers Saint Denis.

Voici quelques indications utiles sur notre centre de rééducation et quelques conseils pour vous aider à préparer votre séjour.

### **La durée de votre séjour**

En réhabilitation respiratoire, elle est en moyenne de 4 à 6 semaines; elle sera cependant modulée en fonction de votre état de santé par le pneumologue qui vous prendra en charge.

**Si votre état de santé le permet, des permissions pourront vous être proposées du samedi 13 h au dimanche 18 h.**

## La rééducation

Vous ferez de la rééducation avec notre équipe spécialisée de kinésithérapeutes et d'éducateurs sportifs :

Education thérapeutique sur votre maladie, vos traitements

- réentraînement à l'effort (vélo, tapis roulant, cycloergomètre à bras, stepper)
- gymnastique
- kinésithérapie respiratoire
- marche en extérieure
- activités de groupe (tennis de table, stretching)
- aquagym 2 fois par semaine



Prévoyez :

- tenue de sport (pantalon, short)
- tee-shirts en nombre suffisant
- tennis et chaussettes
- serviette éponge
- maillot de bain et bonnet de bain
- casquette (pour l'été)
- tenue chaude pour l'hiver (blouson, écharpe, bonnet, gants)



## L'éducation thérapeutique

Elle vous sera proposée par une infirmières et (où) un autre professionnel de santé en fonction de vos besoins.

Il s'agit de vous apporter des connaissances pratiques sur votre maladie et de vous donner des conseils en hygiène de vie et des connaissances sur vos traitements pour vous rendre le plus autonome possible chez vous.

## Pendant votre séjour

Vous serez amené à rencontrer divers spécialistes pour vous aider à organiser au mieux votre retour à domicile : diététicienne, psychologue, assistante sociale, secrétaire médicale.

N'hésitez pas à demander une consultation d'aide au sevrage tabagique si vous étiez fumeur.

Dans tous les cas, l'équipe de réhabilitation est là pour vous aider, vous soulager, vous expliquer, vous soutenir tout au long de votre séjour.

Nous vous souhaitons un agréable et profitable séjour.

Pour de plus amples renseignements : 03.23.70.75.60