

Prévention du HAut Risque cardiovasculaireE PHARE

Le programme en quelques mots...

Proposé par :



Public

Adultes

Pathologie / troubles / Syndromes

Tout patient ayant un ou plusieurs facteurs de risque cardiovasculaire en prévention primaire ou secondaire, ou ayant une hypertension artérielle (HTA)

Les objectifs

Les objectifs sont d'informer le patient sur sa maladie et son traitement, d'accompagner le patient vers des changements de son mode de vie, de lui permettre d'acquérir les compétences aux règles de bonnes pratiques de l'automesure tensionnelle et/ou aux injections des inhibiteurs de PCSK9 si nécessaire, et d'aider le patient à mieux gérer son stress par l'apprentissage de certaines techniques de gestion du stress.

Mode de réalisation du programme

Hospitalisation

Ambulatoire en établissement

Exercice de ville

Lieu(x) où se déroule(nt) les entretiens et ateliers

Unité de Prévention Cardiovasculaire, Pontchaillou, CHU de Rennes,
2 rue Henri Le Guilloux, 35000 Rennes

Comment accéder au programme ?

Les patients sont adressés à la consultation de prévention cardiovasculaire par leur médecin traitant, leur spécialiste (cardiologue, angéiologue, neurologue, chirurgien vasculaire, diabétologue, nutritionniste...) ou les services hospitaliers (ex : diabétologie, nutrition, unité Neurovasculaire, cardiologie, chirurgie cardiaque et vasculaire, pneumologie).

Coordonnées de contact

Dr DOURMAP Caroline, 02.99.28.25.08
caroline.dourmap@chu-rennes.fr

Mise à jour : 30/10/2025

Informations recueillies par



@: utepchurennes@chu-rennes.fr



Le déroulement du programme

Coordinateur

DOURMAP Caroline

Composition de l'équipe intervenante

Médecins, infirmières, diététiciennes, enseignant APA

Liens avec le cercle de soin (médecin traitant...)

Un courrier de synthèse est adressé au médecin traitant. Ce courrier reprend notamment ce qui a été convenu avec le patient (bilan éducatif partagé et parcours éducatif) et/ou ce qui a été fait ainsi que le compte-rendu de la diététicienne le cas échéant. Un courrier de fin de programme d'activité physique est également réalisé par le professeur en APA. Pour les autres acteurs sur le site du CHU, tous ces documents sont disponibles dans le dossier informatique du patient.

Bilan éducatif partagé initial

Le patient est accueilli par l'infirmière de prévention lors de la consultation initiale. Ce bilan initial permettra d'évaluer ses connaissances, ses comportements, son environnement, les facteurs favorables ou limitant pour son parcours de prise en charge et d'orienter le parcours éducatif.

Thèmes / organisation des ateliers éducatifs

Entretiens individuels en présentiel ou par téléphone dont la durée est adaptée au patient, abordant les thèmes suivants :

- Pratiquer l'AMT selon les règles de bonnes pratiques
- Pratiquer les auto injections des PCSK9
- Repérer les erreurs alimentaires. Mettre en place une alimentation cardio-protectrice
- Comprendre sa maladie, identifier les FDRCV et les moyens de les contrôler
- Comprendre et savoir prendre son traitement
- Définir ce qu'est le stress
- Pratiquer une activité physique adaptée
- Elaborer ses propres outils pour faire face aux difficultés, y compris par l'anticipation des situations douloureuses
- Pouvoir demander de l'aide

Bilan de suivi/fin de parcours et modalités de suivi

Lors des consultations de suivi, le point est fait sur les compétences acquises par le patient par le retour qualitatif direct en entretien. Une mise en situation par la démonstration du geste technique par le patient peut être proposée ou/et la reformulation des règles de bonne pratique et d'hygiène.

