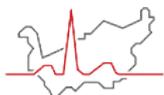


# Centre ambulatoire de réadaptation cardiaque et vasculaire

Informations aux patients



Hôpital du Valais  
Spital Wallis



**crr sion**  
clinique romande de réadaptation

# Pour qui ?

La réadaptation cardio-vasculaire est recommandée lors de la plupart des maladies cardio-vasculaires :

- suite d'infarctus
- angor stabilisé après traitement médical ou dilatation coronarienne
- suite de chirurgie : pontage coronarien, chirurgie valvulaire, transplantation cardiaque, chirurgie vasculaire lourde
- insuffisance cardiaque chronique stable



# 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

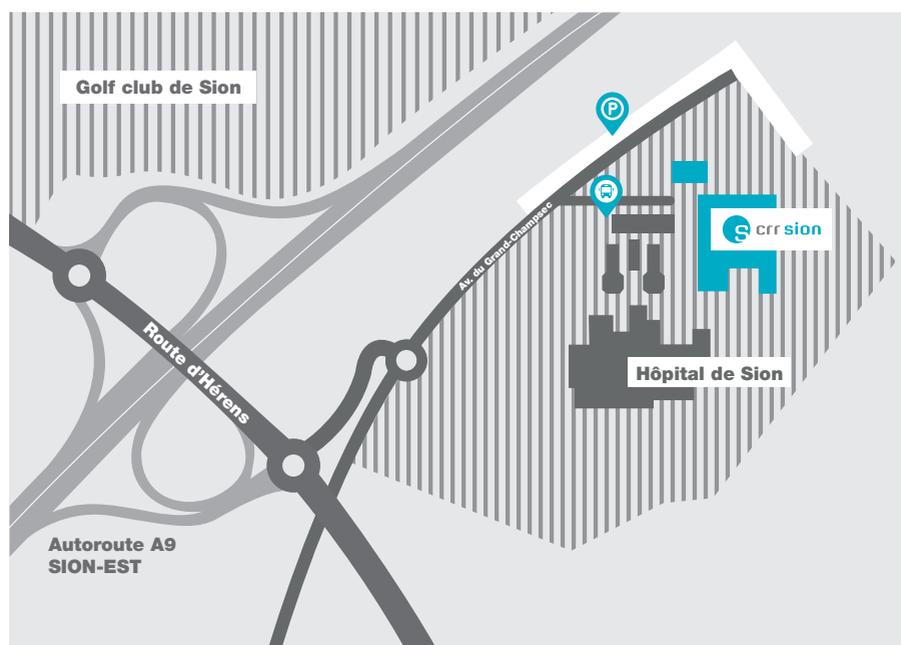
La Clinique romande de réadaptation est très facile d'accès (en transports publics ou en véhicules privés).

## Accès en train ou en bus

Depuis la gare de Sion, la ligne 2 (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 du Valais  
**Hôpital de Sion**

Epreuves fonctionnelles

Av. du Gd Champsec 80

Case postale 736

1951 Sion

Téléphone +41 27 603 86 86

Télécopie +41 27 603 45 68



## Clinique romande de réadaptation

Av. Grand-Champsec 90  
Case postale 352  
CH-1951 Sion

T. +41 27 603 30 30  
F. +41 27 603 30 31

info@crr-suva.ch  
www.crr-suva.ch

