

Dans ce **contexte difficile lié à l'épidémie de coronavirus (Covid19)** et de **mesures de confinement** prises pour prévenir sa diffusion :

Nous savons qu'il est plus difficile d'assurer votre suivi médical, de vous approvisionner et d'assurer les besoins de la vie courante. Le confinement induit une diminution des relations sociales et le climat est parfois anxiogène.

Durant cette période, le réseau **RESIC38** reste **opérationnel pour vous répondre** par téléphone (04 76 76 94 96) ou par mail (resic38@chu-grenoble.fr) et **vous accompagner dans votre quotidien.**

Le suivi de l'évolution de vos symptômes est très important, il s'agit :

- **des signes d'alerte de l'insuffisance cardiaque (ESSOUFFLEMENT, prise de poids, œdèmes et fatigue) ;**
- **des signes d'une infection (difficultés respiratoires, toux, fièvre).**

→ En cas d'apparition de symptômes d'infection ou de l'évolution des signes d'alerte de l'insuffisance cardiaque, il faut **contacter votre médecin traitant** dans les plus brefs délais.

(Nous restons en seconde ligne en cas d'injoignabilité de celui-ci).

Les suivis à domicile durant la période de confinement instaurée ce mardi 17 mars 2020 **se feront par téléphone ou par visioconférence.**

Les séances éducatives collectives sont maintenues et auront lieu par visioconférence (si vous possédez un téléphone « smartphone » ou un ordinateur équipé d'une caméra, la démarche est très simple et il suffira de cliquer sur le lien qui vous sera envoyé par SMS ou par e-mail).

Nous serons là pour vous accompagner pas à pas, alors n'hésitez pas à faire le test !

Vous êtes donc cordialement invités aux séances d'éducation thérapeutique collectives qui auront lieu prochainement (durant la période de confinement, les séances sont maintenues par visioconférence).

Au réseau RESIC38 hors période de confinement (plan ci-joint)

L'insuffisance cardiaque : mieux vivre avec dans ma tête et dans mon corps : A. GENTHON et N. RIPERT

Mercredi 13 mai 2020 de 14h00 à 16h15

Les signes d'alerte de l'insuffisance cardiaque : connaître, reconnaître et agir : J. REYSSET

Mardi 26 mai 2020 de 14h00 à 15h30

Bien vivre ses déplacements et ses voyages : A. GENTHON et P. TURPIN

Vendredi 29 mai 2020 de 14h30 à 16h30

Bouger avec l'insuffisance cardiaque, Pourquoi ? Comment ? : R. RUSCA-MESTRE

Vendredi 5 juin 2020 de 14h00 à 15h30

Une bonne assiette pour mon cœur : O. COHARD

Mardi 7 avril 2020 de 14h à 15h30

Mardi 9 juin 2020 de 14h à 15h30

Vivre la sexualité avec une insuffisance cardiaque : A. GENTHON

Vendredi 3 avril 2020 de 14h à 16h

Questions-réponses sur les défibrillateurs et stimulateurs cardiaques : A. GENTHON et P. TURPIN

Vendredi 27 mars 2020 de 14h à 16h

Jeudi 18 juin 2020 de 14h30 à 16h30

Mes médicaments au quotidien : N. CALOP

Jeudi 9 avril 2020 de 14h à 15h30

Mardi 23 juin 2020 de 10h00 à 11h30



S'inscrire auprès de l'équipe du RESIC38 par
téléphone au
04 76 76 94 96 ou par mail : [resic38@chu-
grenoble.fr](mailto:resic38@chu-grenoble.fr)

NOUS VOUS ACCOMPAGNERONS POUR LA VISIOCONFERENCE,
TENTEZ L'EXPERIENCE !

Voici quelques informations concernant le coronavirus et l'insuffisance cardiaque

- 1) Oui, l'insuffisance cardiaque constitue un **facteur de risque**, non pas d'être atteint par le virus mais de faire une forme plus grave ;
- 2) **En plus des gestes barrières** pour tous (lavage des mains, distances de courtoisie, toux dans le coude), il est préférable de **limiter au maximum vos déplacements et les rencontres multiples** (dans la mesure du possible : confinement) ;
- 3) **Continuez surtout votre traitement de fond**, quoique vous lisiez sur les réseaux sociaux et sites non professionnels ;
- 4) **Si vous êtes stable** sur le plan cardiaque, votre hôpital va sans doute vous proposer de **décaler votre suivi cardiologique** de plusieurs semaines à quelques mois et/ou de la faire par télécardiologie : ne vous inquiétez pas, c'est préférable pour vous ;
- 5) En cas d'aggravation / modification de vos symptômes, les **hôpitaux se sont organisés pour continuer à assurer les soins urgents** aux malades cardiaques, malgré l'afflux de malades Covid-19. (Source GICC).

Les gestes simples contre le coronavirus



Je limite les contacts avec les autres

Je ne serre pas la main



Je n'embrasse pas



Je ne rends pas visite aux personnes malades



Je ne prête pas ma bouteille



Je me lave les mains avec du savon très souvent



Je peux utiliser un gel désinfectant



Je tousse ou j'éternue

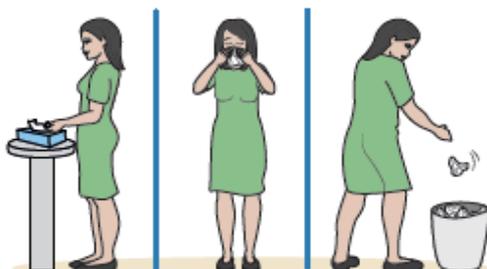
dans mon coude



dans un mouchoir



J'utilise un mouchoir une seule fois



Si j'ai de la fièvre, si je tousse, si je respire mal

j'appelle mon médecin traitant



© Coréalis Santé - contact@coralis-sante.fr

Pour plus d'informations, j'appelle le 0 800 130 000 ou le 114 pour les malentendants.

(Source santé.gouv.fr)

