

Pour qui ?

Les patientes atteintes d'une
Endométriose, ainsi que leur conjoint.

Pourquoi ?

Ce programme a pour but de vous accompagner au cours de la découverte, de l'évolution, du traitement médical et/ou chirurgical de cette maladie.

- Comprendre la pathologie
- Contrôler les symptômes
- Améliorer la qualité de vie (Activité Sportive Adaptée : APA)
- Adapter son traitement au quotidien
- Exprimer ses difficultés, ses besoins
- Découvrir différentes techniques non médicamenteuses (sophrologie, hypnose...)



Info pratiques

Ce programme est ouvert à toutes.

Pour y participer vous pouvez :

- Demander des renseignements auprès de votre médecin gynécologue.

- Contacter Mme Karine Lecouflet, infirmière d'éducation thérapeutique

☎ 04 91 80 69 49

✉ klecouflet@hopital-saint-joseph.fr

- Vous pouvez également consulter sur Internet le site des programmes d'éducation

www.oscarsante.org



HÔPITAL SAINT JOSEPH Marseille
26 boulevard de Louvain
13 285 Marseille cedex 08

Retrouvez toutes nos informations sur le site Internet :

www.hopital-saint-joseph.fr

et sur les réseaux sociaux

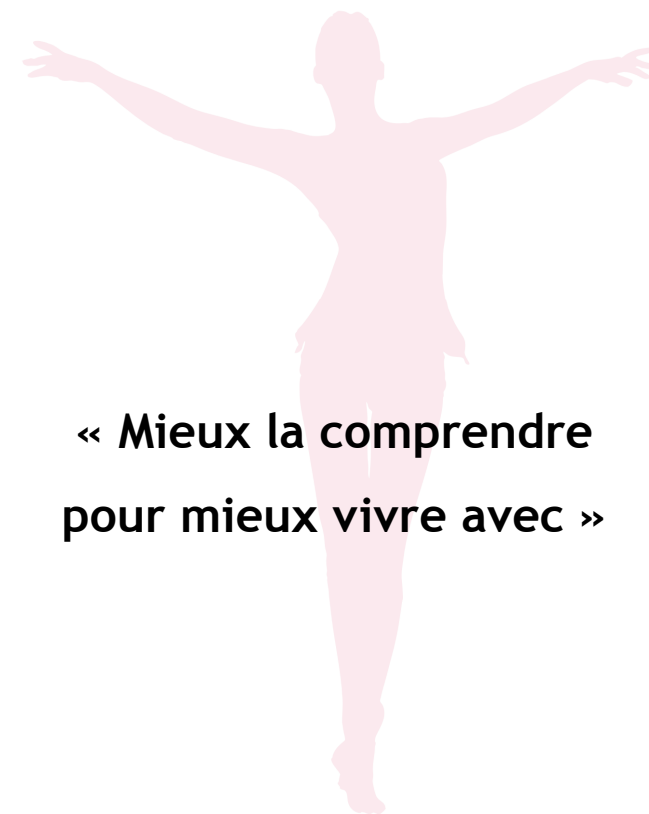


Hôpital Saint Joseph Officiel



EDUCATION THERAPEUTIQUE

L'ENDOMÉTRIOSE



« Mieux la comprendre
pour mieux vivre avec »

Un programme entièrement gratuit et sans obligation

Quel sont les bénéfices d'un programme d'éducation ?

- Approfondir ses connaissances
- Etre plus autonome dans sa vie au quotidien
- Adopter un mode de vie adapté
- Mieux gérer les répercussions sur sa vie personnelle et professionnelle
- S'exprimer sur ses difficultés, ses besoins...
- Découvrir d'autres techniques pour gérer sa douleur, son stress, ses émotions...
- Découvrir une activité physique adaptée

Tous ces ateliers sont réalisés en présence d'une infirmière, afin de mettre en application des objectifs pédagogiques et d'évaluer les compétences acquises. Elle assurera le lien avec votre médecin.

Programme

ATELIERS COLLECTIFS ou INDIVIDUELS
(selon les cas et la demande)
par thème

1. ATELIER

« Gestion de la maladie »
Connaissance de la maladie & de son évolution (chirurgie).

*Animé par le Dr Elisabeth Chéreau Ewald
Chirurgien en gynécologie
Durée 1h30*

2. ATELIER

« Troubles de la fertilité »
Répercussions & techniques de Préservation.

*Animé par le Dr Aurélie Amar Hoffet
Gynécologue
Durée 1h*

3. ATELIER

« Activité Physique Adaptée - APA »
Intégrer une activité physique dans la vie de tous les jours.

*Animé par Mikaël Richaud
Éducateur médico-sportif
Durée 1h30*

4. ATELIER

« Approche psychocorporelle »
La douleur : qu'est-ce que c'est ?
Expérimentation hypnose ou sophrologie

*Animé par Alexandra Danguiral
Hypno-thérapeute
& Virginie Gallet de Saint Aurin
Sophrologue
Durée 1h30*

5. ATELIER

« Témoignage de patiente expert »
Vécu, Echanges, partages.

*Avec une patiente de l'Association
« ENDOMind »
Durée 2h*

6. ATELIER

« Endométriose & sexologie »
Répercussions sur la vie sexuelle.

*Animé par Céline Chevillotte
Psychothérapeute-sexothérapeute
Durée 1h30*