

# MAXI CLUB

 *Complexe Médico Sportif*

---

À L'ATTENTION DU MÉDECIN TRAITANT :

## PROGRAMME DE PRÉVENTION ET DE RÉADAPTATION DES MALADIES CARDIOVASCULAIRES

Une unité de réadaptation des maladies cardiovasculaires à Sherbrooke !

Offert par le Complexe Médico-Sportif Maxi-Club depuis août 2000, ce nouveau programme de réadaptation cardiaque a été conçu pour aider les patients ayant subi un infarctus ou un pontage coronarien, à réintégrer une vie normale. Il offre diverses stratégies de réduction des facteurs de risques reliés à l'inactivité physique, au régime alimentaire, aux lipides, au poids, à l'hypertension, au stress et au tabagisme.

En collaboration avec la *Fondation des maladies du cœur du Québec*, et sous la supervision constante de médecins et d'éducateurs physiques qualifiés, un nouveau programme d'activités physiques pour la prévention et la réadaptation des maladies cardiovasculaires, est maintenant offerte au Complexe Médico-Sportif Maxi-Club.

### ◆ Le programme est-il sécuritaire?

Oui, le programme est très sécuritaire puisque les participants sont constamment encadrés par une équipe de professionnels de la santé compétents, et le centre est pourvu d'appareils et d'équipements appropriés en cas d'urgence.

- ❖ Si une épreuve d'effort sur tapis roulant n'a pas été réalisée au cours des six derniers mois, le patient sera d'abord référé à son cardiologue habituel ou à un cardiologue disponible pour l'évaluation de sa condition et ce, afin d'être en mesure de lui prescrire un programme personnalisé et adapté à sa condition physique.
- ❖ Un médecin est présent en tout temps lors des séances d'activités physiques et assure le suivi de chacun des participants.

### ◆ En quoi consiste le programme?

Le programme de réadaptation cardiaque du Complexe Médico-Sportif Maxi-Club vise à **améliorer la qualité de vie des patients** et à **augmenter leur capacité fonctionnelle à l'effort**.

◆ **Patients ciblés?**

Le programme s'adresse aux adultes dont la condition générale permet l'entrée dans un programme externe de réadaptation cardiaque (phase III et IV), à savoir : des patients ayant subi une cardiopathie ischémique (phase post-infarctus, pontages, angioplastie, angine stable), des patients ayant subi d'autres cardiopathies (insuffisance cardiaque compensée, troubles de rythme maîtrisés, phase post-remplacement valvulaire), des patients ayant moins de 80 ans.

Pour d'être admis, le patient doit :

1. Recevoir l'autorisation du médecin traitant (remplir le questionnaire ci-joint) qui s'assurera que son patient ne présente pas de contre-indication à suivre un tel programme.
2. Avoir subi un tapis d'effort depuis au moins trois mois, (s.v.p. joindre une copie des résultats). Si le tapis roulant a été fait depuis plus de **SIX** mois, nous en réaliserons un nouveau par l'entremise du cardiologue associé au programme.

◆ **Pour plus d'information ou pour s'inscrire?**

**MAXI CLUB**  
+ *Complexe Médico Sportif*

*350, rue Belvédère sud, Sherbrooke  
(situé au niveau du stationnement intérieur)  
Place Belvédère*

**Tél. : (819) 569-1625  
Télécopieur: (819) 569-8623**

**Demander Patrick Farès**

**AUTORISATION MÉDICALE POUR UN PROGRAMME DE  
RÉADAPTATION CARDIAQUE**

**OBJET :** Demande d'un avis médical sur l'aptitude du patient à suivre un programme de conditionnement physique.

**IDENTIFICATION DU PARTICIPANT**

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_

Date de la demande : \_\_\_\_\_ # de réf. du membre : \_\_\_\_\_

TÉL : \_\_\_\_\_ # de dossier : \_\_\_\_\_

*DESCRIPTION DE LA DEMANDE*

**Docteur(e),**

***La personne ci-haut mentionnée nous semble présenter des contre-indications relatives à sa participation à des séances de conditionnement physique.***

Afin de pouvoir lui prescrire un programme d'exercices qui soit agréable et sécuritaire, nous vous demandons de répondre aux questions suivantes :

**ATCD MÉDICAUX :**

---

---

---

---

---

**ATCD CHIRURGICAUX :**

---

---

---

---

---

**MÉDICATIONS :**

---

---

---

---

**ALLERGIES MÉDICAMENTEUSES :**

---

---

---

---

**Votre patient présente-t-il une des contre-indications suivantes?**

	<b>Oui</b>	<b>Non</b>	<b>Ne sais pas</b>
1. Problème musculo-squelettique le rendant incapable de s'entraîner sur un tapis roulant (Ex. : Arthrose sévère)	?	?	?
2. Arythmie cardiaque sévère (Ex. : Bloc 2 <sup>ième</sup> degré ou 3 <sup>ième</sup> degré).	?	?	?
Angine instable ou angine classe 3 à 4/4.	?	?	?
3. A l'écho cardiaque, présence de sténose aortique modérée ou sévère.	?	?	?
4. A l'écho cardiaque, présence d'une fraction d'éjection du ventricule gauche inférieure à 40%.	?	?	?
5. Hypertension non contrôlée (Ex. : Tension artérielle diastolique > 110 mmHg).	?	?	?
6. Survivant d'un arrêt cardiaque.	?	?	?
7. Infarctus du myocarde ou chirurgie cardiaque compliquée par un choc cardiogénique.	?	?	?
Autorisez-vous ce patient à participer à un programme de réadaptation cardio-vasculaire?	?	?	

**Merci de votre précieuse collaboration.**

Commentaires et recommandations :

---

---

---

\_\_\_\_\_  
**Signature du médecin**

\_\_\_\_\_  
**Date**

**\*Cochez si vous désirez obtenir :**

- Les résultats de l'évaluation du patient après le premier programme d'exercices.**
- Des renseignements sur le programme de Réadaptation cardiaque**

Clinique (adresse) \_\_\_\_\_

**Responsables du programme de Réadaptation cardiaque**

❖ *Patrick Farès, éducateur physique responsable au Maxi club tél. : (819) 569-1625  
(819) 569-8623*