

Contact ou renseignements

Nos coordonnées

Unité Sommeil
02 97 06 96 66
ide.sommeil@ghbs.bzh



Groupe Hospitalier
Bretagne Sud

5 avenue de Choiseul
56100 Lorient
02 97 06 90 90

www.ghbs.bzh



Éducation thérapeutique
de l'adulte

Apnée du Sommeil

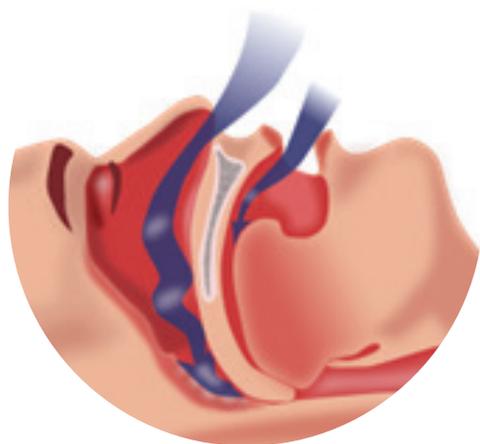


Réalisation UTET - Service Communication GHBS - DCPPRU Septembre 2022



Groupe Hospitalier
Bretagne Sud
Unité Transversale
d'Éducation Thérapeutique
UTET

S'informer sur l'apnée du sommeil, pourquoi ?



- Vous souhaitez comprendre l'apnée du sommeil et mieux adhérer à votre traitement.
- Vous souhaitez activement participer à la gestion de votre maladie.



Nous vous proposons des rencontres avec des professionnels de santé afin d'améliorer votre prise en charge

Objectifs des rencontres

- Être informé sur la maladie
- Identifier ses symptômes et les facteurs favorisant l'apnée du sommeil
- Connaître les traitements, la prise en charge, le suivi
- Trouver des solutions aux difficultés du quotidien
- Mettre en place des stratégies pour optimiser la diététique et l'activité physique
- Profiter de l'émulation du groupe pour améliorer son hygiène de vie

L'équipe éducative

Notre équipe éducative est composée de :

- Pneumologues
- Infirmières
- Diététicienne
- Éducatrice sportive
- Psychologue

Le Programme

Une dizaine de séances de 1h30 à 2h00 en individuel ou collectif

Votre médecin traitant pourra être informé par courrier, avec votre consentement, des objectifs et du contenu de la formation.