

TRANSCRIPTION DE LA VIDÉO : PROBLÈMES CARDIAQUES ET PULMONAIRES

**Geneviève Boilard, thérapeute en réadaptation physique et
François Paquet, physiothérapeute**

Plusieurs maladies qui affectent le cœur et les poumons peuvent produire des symptômes indésirables, puis affecter la qualité de vie. On note par exemple l'essoufflement, la fatigue, la faiblesse musculaire, la toux, la production de sécrétions. Le physiothérapeute et le thérapeute en réadaptation physique sont les intervenants de la réadaptation qui peuvent vous aider à gérer ces symptômes.

Le physiothérapeute prendra d'abord le temps d'évaluer votre condition afin de dégager vos problèmes principaux. Ensuite, il établira avec vous un plan de traitement, non seulement spécifique à votre condition, mais aussi à vos objectifs.

La réadaptation cardiorespiratoire s'avère une alternative efficace pour plusieurs maladies. On peut d'abord penser à la maladie pulmonaire obstructive chronique, qui comprend l'emphysème ou l'asthme, la bronchite chronique, les bronchectasies, les pneumonies, la fibrose pulmonaire, la fibrose kystique, l'insuffisance cardiaque, l'infarctus du myocarde. Après, aussi certaines chirurgies, telles que chirurgies cardiaques et pulmonaires, et dans certains de cas de cancer.

Nos actions se situent principalement à quatre niveaux, c'est-à-dire au départ avec les traitements, avec l'enseignement, avec la prévention et aussi par des programmes d'exercices. Toutes ces activités vont vous permettre de maintenir une bonne qualité de vie ou encore de l'améliorer.

L'intervenant en physiothérapie agit également sur la respiration, en corrigeant ou en améliorant le travail des muscles respiratoires et aussi en favorisant la sortie de sécrétions qui peuvent s'accumuler dans les poumons, et ce, par diverses manœuvres. Par exemple, on peut penser aux percussions qui sont aussi appelées « clapping », aux exercices de ventilation et aussi aux appareils de dégagement, tels que l'Acapella et ou le TheraPEP.

Pour les gens qui présentent un problème au niveau cardiaque, un programme d'exercices de réadaptation spécifique à votre condition sera

élaboré. Vous allez pouvoir par la suite reprendre une vie active tout au fil de votre réadaptation.

Votre intervenant en physiothérapie fait équipe avec vous. Grâce à son enseignement, vous reconnaîtrez mieux vos limites et contrôlerez mieux vos symptômes. Ainsi, vous pourrez maintenir ou améliorer votre condition physique, et ce, en toute sécurité.