

## **Veinothermes, un programme national d'éducation thérapeutique en milieu thermal pour les patients atteints d'insuffisance veineuse chronique.**

Ce programme, destiné aux patients atteints d'insuffisance veineuse chronique, est animé par une équipe pluridisciplinaire (médecins, pharmaciens, infirmières), formée à l'éducation thérapeutique. La cure thermique est un moment privilégié pour participer à un programme d'éducation thérapeutique, car il y a renforcement de l'éducation par l'expérience des soins, et aussi une participation plus active aux soins du fait de la compréhension de leur mécanisme d'action. L'impact de ce programme sur l'évolution des comportements de santé et la qualité de vie des patients a été évalué et se révèle très positif et de longue durée. Ainsi, la cure devient l'occasion de « remettre en marche son système veineux » et pour de nombreux mois.

Ce programme associe des ateliers de groupe à des consultations individuelles et bénéficie de la synergie des soins thermaux de la cure phlébologique classique.

Les soins thermaux associent en même temps :

- des bains en baignoire profonde pour une action anti-œdème,
- des massages sous affusion, réalisés sous une pluie fine d'eau thermale, qui stimulent l'ensemble du système circulatoire, favorise le retour sanguin et l'assouplissement des tissus cutané et sous-cutané fibrosés,
- et surtout des soins actifs, le plus important étant le couloir de marche qui permet une véritable rééducation de la pompe musculaire du mollet (contraction musculaire du mollet et la mobilisation des articulations favorisent la vidange veineuse). L'effet de l'immersion dans l'eau exerce parallèlement une contre-pression externe plus forte que les contentions.



## Veinothermes

### 3 ATELIERS :

**Atelier 1 :** Comprendre et soigner la maladie veineuse : ses mécanismes et ses conséquences, les différents traitements. Cet atelier permet d'échanger sur la maladie veineuse et ses traitements afin de comprendre ce qu'est cette maladie et les retentissements qu'elle peut avoir sur la vie quotidienne.

**Atelier 2 :** Vivre avec une maladie veineuse : les habitudes de vie et les précautions à prendre, adaptées à la maladie. Cet atelier permet d'aborder les bonnes attitudes à adopter pour améliorer l'insuffisance veineuse et les précautions à prendre dans la vie de tous les jours.

**Atelier 3 :** Protéger ses jambes : la contention/compression et les exercices physiques conseillés. Cet atelier permet d'échanger sur les contentions veineuses (bas, chaussettes, collants) avec des conseils pratiques. Sont aussi abordés les exercices physiques conseillés pour améliorer le retour veineux.

### ENTRETIEN INDIVIDUEL

A l'issue des ateliers, cet entretien avec une infirmière d'éducation fait le point sur les acquis en atelier, et permet de mettre en place avec le curiste un plan d'action personnalisé, pour améliorer les comportements de santé en vue d'une meilleure santé veineuse. Un suivi téléphonique est prévu à 3 mois.

**DURÉE :** 1h/1h30 par atelier

#### ÉVALUATION À PARTIR DES QUESTIONNAIRES DE FIN DE CURE (2013 À 2016)

##### Ces ateliers ont-ils répondu à votre attente ?

Oui = 236 soit 98,7 %      Non = 3 soit 1,3 %

##### Avez-vous une question restée sans réponse ?

Non = 219 soit 91,6 %      Oui = 20 soit 8,4 %

##### Le vocabulaire est-il toujours simple et compréhensible ?

Oui = 236 soit 98,7 %      Non = 3 non répondu soit 1,3 %

##### Faut-il changer quelque chose dans ce programme ?

Non = 196 soit 82 %      Oui = 23 soit 9,62 %      Non renseigné = 20 soit 8,36 %

Ce programme a été élaboré par un groupe multiprofessionnel et représentatif des stations phlébologiques françaises partenaires sous l'égide de l'AFRETh (Agence Française de Recherche Thermale) en 2008.

L'autorisation du programme a été renouvelée par l'ARS Auvergne Rhône-Alpes le 27/10/15 sous le numéro 2015 / PPS / ETP / 3556 / 73