

MES ATELIERS SOCLES

- L'endométriose, c'est quoi ?
- L'APA pour soulager son corps
- Alimentation et endométriose
- La sexualité sans tabou
- La douleur chronique
- Élaborer son projet de retour à la maison

MES ATELIERS PERSONNALISÉS

POUR PRATIQUER UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE

- Séances d'activité physique adaptée
- Pilates dans l'eau
- Maintien d'un mode de vie

POUR AMÉLIORER LE VÉCU DE SA PATHOLOGIE

- Mieux vivre grâce à son alimentation
- Gérer ma fatigue chronique
- Soins esthétiques pour reprendre confiance en soi

POUR MIEUX GÉRER SA DOULEUR CHRONIQUE

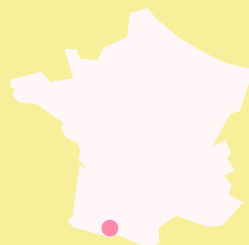
- Le périnée : apprendre à libérer les tensions
- Apprendre l'automassage
- S'initier à la sophrologie

NOUS CONTACTER

05 62 39 00 02

idec@thermes-de-capvern.fr

thermes-de-capvern.fr



Capvern-les-Bains
Hautes-Pyrénées



CREAVOLT.FR

ETP ENDOMÉTRIOSE

AUX THERMES DE CAPVERN

UNIQUE EN
FRANCE



En partenariat avec  ENDOmind
FRANCE



L'ENDOMÉTRIOSE C'EST QUOI ?

L'endométriose est une maladie chronique qui touche environ 1 femme sur 10. Elle se caractérise par la présence de tissu semblable à l'endomètre en dehors de l'utérus, le plus souvent dans le bassin, mais parfois dans d'autres organes.

Cette maladie provoque une inflammation pouvant entraîner douleurs pelviennes chroniques, fatigue, troubles digestifs et trouble urinaire, avec un impact important sur la qualité de vie. Elle est également associée à une augmentation de l'anxiété et de la dépression.

En raison de sa fréquence et de ses conséquences, l'endométriose est aujourd'hui reconnue comme un enjeu majeur de santé publique, notamment en France.

L'ETP AU SEIN DES THERMES

La cure thermale est associée à un programme d'Éducation Thérapeutique du Patient (ETP) qui vont permettre d'élaborer un parcours de soins personnalisé en collaboration avec le médecin thermal et l'infirmière coordinatrice.

Pas d'obligation de suivre une cure thermale avec le programme spécifique, mais c'est fortement conseillé pour une prise en charge globale de la douleur.

Demandez une prise en charge de cure thermale en rhumatologie, affection digestive ou urinaire (suivant vos symptômes) à votre médecin généraliste.

Plusieurs sessions sont possibles durant la saison thermale. Pour plus d'informations concernant les dates, rendez-vous sur notre site internet : thermes-de-capvern.fr

LE PARCOURS DE SOIN EN 5 ÉTAPES

1

Diagnostic éducatif avec l'infirmière coordinatrice. Élaboration des objectifs et choix des ateliers.

2

Participation aux différents ateliers choisis.

3

Bilan avec chaque professionnel des ateliers parcourus. Objectifs validés pour le retour à la maison.

4

Bilan global avec l'infirmière coordinatrice. Validation des objectifs à réaliser à la maison.

5

Retour à la maison avec un suivi auprès de l'infirmière à 3 suivis après le programme.