

**Vous consultez pour une Polyarthrite Rhumatoïde ou bien un autre rhumatisme inflammatoire (une spondylarthrite ankylosante, un rhumatisme psoriasique, une spondylarthropathie).**

Nous vous proposons un programme d'éducation thérapeutique afin de répondre à certaines de vos interrogations :

- En quoi consiste cette maladie ?
- Comment ménager et prévenir les douleurs de vos articulations au quotidien ?
- Les pathologies du pied de la polyarthrite.
- Comment conserver et adapter une activité physique avec votre maladie ?
- Comment gérer votre vie professionnelle ?
- Comment sensibiliser votre entourage proche à la souffrance ?

## PLAN D'ACCÈS

### SERVICE DE SOINS DE SUITE RÉADAPTATION POLYVALENT ET LOCOMOTEUR

#### Bâtiment 9

#### Accéder à l'hôpital par les transports publics

##### 1) FERROVIAIRES

De ROISSY ligne B du RER, direction PARIS, arrêt SEVRAN BEAUDOTTES. De PARIS, direction ROISSY, même arrêt.

##### 2) ROUTIERS

Les bus n° 147, 15a, 15, 607a, 607b, 01, 618, 45, 634, s'arrêtent aux stations : HÔPITAL ou gare de SEVRAN BEAUDOTTES.

##### 3) TAXIS

La station de taxis se trouve à la gare routière du RER B.



#### Accéder à l'hôpital par la route



##### En venant de PARIS :

- Autoroute A1 direction Roissy CDG -LILLE sortie zone industrielle Aulnay sous bois.

- Autoroute A3 direction Roissy CDG - LILLE sortie zone industrielle Aulnay sous bois.

##### En venant de province :

par l'Autoroute 104 direction PARIS, sortie VILLEPINTE TREMBLAY

**Boulevard Robert Ballanger - 93600 Aulnay-sous-Bois**



## ERGONOMIE ET PODOLOGIE DES POLYARTHRIQUES ET AUTRES RHUMATISMES INFLAMMATOIRES CHRONIQUES PÉRIPHERIQUES



**Chef de Service : Docteur Muriel TESSIER**

Cadre de Rééducation :

Mme Ruth MAMANE-DURO (01.75.63.60.07)

Secrétariat :

Mme Tiphaine JALA (01.75.63.60.12)

Mél. : secret.ssr@ch-aulnay.fr

## DÉROULÉ DU PROGRAMME

➤ Réalisation d'un diagnostic éducatif par un entretien **téléphonique afin de définir avec vous des objectifs personnalisés**

➤ **Intervenants** : un médecin rhumatologue, un ergothérapeute et un podologue.

➤ **Programme** sur une matinée  
5 patients



8h 30 : Accueil

### Ateliers de diaporamas interactifs :

1- 8h 45-9h45 :

« *La polyarthrite : rappel médical sur la maladie, intérêt de l'ergonomie, bilan socio-professionnel* »

#### OBJECTIFS :

- **Mieux connaître sa maladie pour conserver une vie sociale et professionnelle active.**

2- 9h45-10h30 :

« *Je ménage mes articulations* »

#### OBJECTIFS :

- **Partage d'expériences sur des gestes quotidiens (cuisine, bureau, ménage....),**
- **Apprendre à utiliser des aides techniques.**

3 - 10h30-11h00

« *Le pied de la polyarthrite* »

#### OBJECTIFS :

- **Mieux connaître son pied**
- **Détecter les complications du pied nécessitant un avis podologique**

### Examens individuels

11h00-12h :

- avec le médecin
- avec le podologue : Bilan des pieds suivi si besoin d'une prescription de semelles orthopédiques
- avec l'ergothérapeute : Bilan des mains suivi si besoin d'une prescription d'orthèse.

**Un bilan personnalisé conclura cette matinée et nous enverrons un compte-rendu à votre médecin rhumatologue traitant.**