



CENTRE ÉPIC
INSTITUT DE CARDIOLOGIE
DE MONTRÉAL

Médecine préventive et activité physique

Le service de prévention
et de réadaptation cardiaque du
CENTRE ÉPIC

- Programme de réadaptation cardiaque et de modification des habitudes de vie
- Programme de prévention et rémission du diabète
- Soutien à la cessation tabagique



CENTRE ÉPIC
INSTITUT DE CARDIOLOGIE
DE MONTRÉAL

Médecine préventive et activité physique

5055, St-Zotique Est
Montréal (Québec) H1T 1N6

Téléphone : 514 374-1480
Télécopieur : 514 593-2572

La prévention fait partie de votre traitement.



Programme de

RÉADAPTATION CARDIAQUE ET DE MODIFICATION DES HABITUDES DE VIE

Ce programme est offert à tous les patients de l'Institut de Cardiologie de Montréal. Parmi les raisons d'admissibilité, nous retrouvons, entre autre, les maladies coronariennes telles que l'infarctus et l'angine, les pathologies valvulaire, l'insuffisance cardiaque, les arythmies et bien d'autres.

DESCRIPTION DU PROGRAMME

RENCONTRES INDIVIDUELLES

Consultations avec l'infirmière, la nutritionniste, prises de sang et test à l'effort avec médecin.

PROGRAMME D'ENTRAÎNEMENT

Supervisé par des kinésiologues, offert en gymnase deux fois par semaine pour une durée de 12 semaines. Ces cours sont donnés en petits groupes. À noter que si votre condition médicale le permet, l'équipe en kinésiologie pourrait vous proposer un programme d'entraînement à faire à la maison si vous le souhaitez.

Pour plus d'informations communiquez au 514 374-1480, poste 4238

Soutien à la

CESSATION TABAGIQUE

Le soutien à la cessation du tabac est offert gratuitement aux patients et aux employés de l'ICM ainsi qu'aux abonnés du Centre ÉPIC.

DESCRIPTION

Que vous soyez fumeur, ex-fumeur récent ou vapoteur, notre objectif premier est de vous informer, vous conseiller, vous accompagner et vous soutenir dans votre démarche. Un suivi vous sera offert pour une durée maximale de 3 mois.

Pour plus d'informations communiquez au 514 374-1480, poste 4258

Programme de

PRÉVENTION ET RÉMISSION DU DIABÈTE

Ce programme vise la prévention, le contrôle et la régression du prédiabète et du diabète de type II. Il est offert aux abonnés du Centre ÉPIC et aux patients de l'Institut de Cardiologie de Montréal. Les critères d'admissibilité sont les suivants :

▪ HbA1C \geq 0,06 mmol/L

Ou

▪ Glycémie à jeun \geq 6,1

Ou

▪ HOMA-IR \geq 3

DESCRIPTION DU PROGRAMME

RENCONTRES INDIVIDUELLES

Consultations avec l'infirmière, la nutritionniste, le kinésiologue, prises de sang et test à l'effort avec médecin.

Pour plus d'informations communiquez au 514 374-1480, poste 4238