



LE CHU DE SAINT-ÉTIENNE INVITE PATIENTS ET PROFESSIONNELS À ADOPTER DE BONNES RESOLUTIONS POUR 2018

Le CHU propose à ses patients et à ses équipes un accompagnement pour bien débuter la nouvelle année. Deux consultations, en médecine du sport et en tabacologie, sont proposées aux personnes désirant reprendre une activité sportive régulière et/ou arrêter de fumer.

ENVIE DE LAISSER TOMBER LA CIGARETTE ?

Le Dr Denis-Vatant, responsable de l'Unité de coordination en tabacologie, et son équipe proposent une consultation bilan aux personnes souhaitant dire adieu au tabac, ouverte les lundis, mardis, jeudis et vendredi de 9h00 à 18h00. Il est parfois compliqué de se défaire d'une addiction. C'est pourquoi le CHU offre un accompagnement personnalisé aux patients qui le souhaitent. L'arrêt de la cigarette réduit considérablement les risques d'infarctus, de cancer et augmente l'espérance de vie.

ENVIE DE REPREDRE UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE ?

Le service de Médecine du Sport ouvre ses portes du lundi au vendredi de 9h à

20h30. La consultation est ouverte aux sportifs mais aussi aux actifs ayant une profession entraînant des douleurs chroniques, aux patients souhaitant reprendre progressivement la pratique sportive, aux femmes ayant eu des enfants ou subissant les contrecoups d'une chimiothérapie ou d'une radiothérapie, et aux personnes souhaitant un certificat de non contre-indication à la pratique sportive. Une activité physique régulière améliore les fonctions respiratoires et cardiaques, le tout accompagné d'une alimentation saine et équilibrée pour une meilleure qualité de vie.

BESOIN D'UNE DOSE DE BONNE HUMEUR ?

Avec l'arrêt du tabac et la reprise du sport, le CHU invite ses équipes et ses patients à détendre leurs zygomatiques pour bien commencer cette nouvelle année 2018. L'empathie et la bonne humeur améliorent la vie des services hospitaliers et permettent à chacun de se sentir plus léger et enthousiaste.