



PEGASE

Un Programme d'Éducation Thérapeutique

Jean-François RENUCCI
Sophie DOLADHILE

Médecine Vasculaire

Service de Médecine Vasculaire et Hypertension Artérielle
Pr. Gabrielle SARLON
CHU TIMONE / NORD - MARSEILLE



Programme
Éducatif pour une
Gestion
Améliorée des
Sujets à risque cardio-vasculaire
Elevé



DÉFINITION DE L'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE

Critères de qualité de l'éducation thérapeutique selon les recommandations de l'OMS (groupe Europe)



- Centrée sur le patient
- Prise en compte des stades d'adaptation du patient à la maladie
- Axée sur les besoins objectifs et subjectifs des patients
- Intégrée au traitement et aux soins
- Concerne le patient dans sa vie quotidienne
- Implique l'entourage
- Adaptée en permanence à l'évolution de la maladie
- Organisée, structurée
- Proposée systématiquement à tous les patients
- Utilise des méthodes et des moyens variés d'apprentissage
- Multiprofessionnelle et multidisciplinaire
- Nécessite un travail en réseau
- Réalisée par des professionnels formés
- Évaluée

PÉGASE PLANNING ÉDUCATIONNEL



Phase de sensibilisation

Séance collective 1

▶ Explorer son rapport à la maladie
Histoire de la maladie artérielle

Séance individuelle

▶ Déterminer le facteur de risque sur lequel il peut agir

Séance collective 2

▶ M1 à M1,5 : moyens de se traiter
(aliments, médicaments, activités physiques)

Phase d'action

Séance individuelle

▶ M1,5 à M2,5 : Construire son projet thérapeutique personnel

Définition d'un projet personnel

Séance collective 3

▶ M2 à M3,5 : moyens pour poursuivre son projet (apprendre à interpréter un bilan)

Séance collective 4

▶ M2,5 à M4,5 : évaluation des compétences acquises (jeu pédagogique)

Phase de maintien

Séance individuelle

▶ M3 à M5,5 :
Visite à M6 et à M12
chez le médecin traitant

Suivi du projet



Effect of an Educational Program (PEGASE) on Cardiovascular Risk in Hypercholesterolaemic Patients

**Eric Bruckert • Philippe Giral • François Paillard •
Jean Ferrières • Jean-Louis Schlienger •
Jean-François Renucci • Kamel Abdennbi •
Isabelle Durack • Rita Chadarevian • PEGASE group**

Published online: 2 October 2008

© Springer Science + Business Media, LLC 2008

E. Bruckert (✉) • P. Giral
Groupe hospitalier Pitié-Salpêtrière,
Service d'Endocrinologie-Métabolisme,
47-83, Boulevard de l'Hôpital,
75651 Paris Cedex 13, France
e-mail: eric.bruckert@psl.aphp.fr

F. Paillard
CHU,
Rennes, France

J. Ferrières
CHU,
Toulouse, France

J.-L. Schlienger
CHU,
Strasbourg, France

J.-F. Renucci
CHU,
Marseille, France

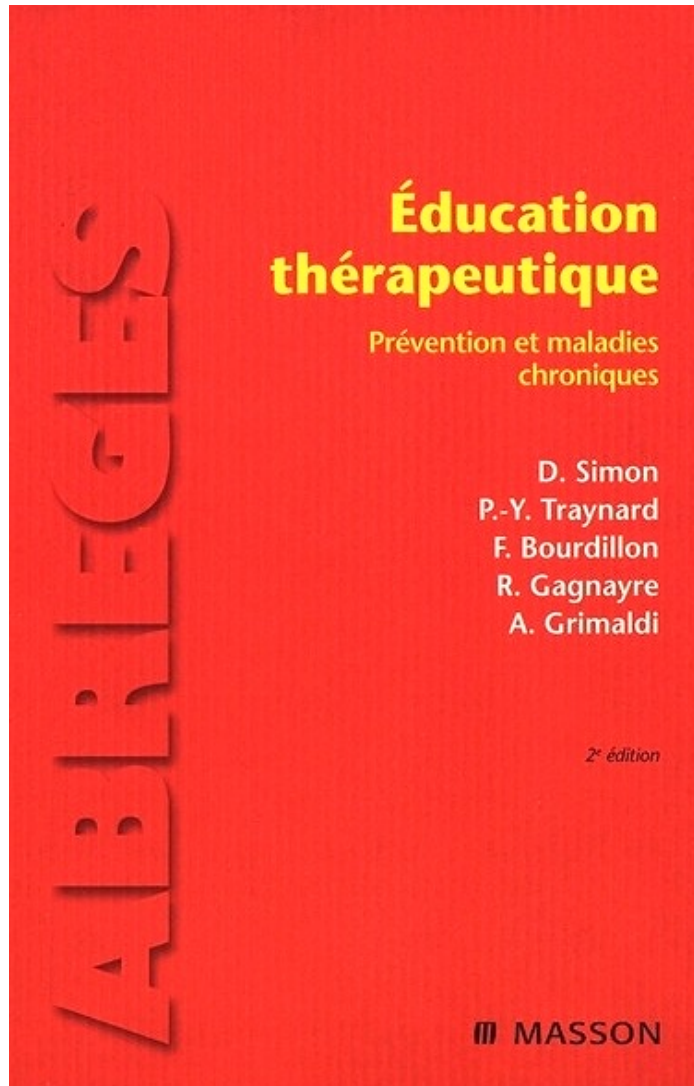
K. Abdennbi
CCN,
Saint-Denis, France

I. Durack
Edusanté,
Paris, France

R. Chadarevian
AstraZeneca,
Paris, France

Key words Educational program • Cardiovascular
prevention • Cholesterol • Framingham score • PEGASE

UN PROGRAMME CITÉ COMME MODÈLE



**Stratégies pédagogiques
et outils pragmatiques
pour réduire le risque
cardiovasculaire.**

Pages 163 - 171

(27 références)

© MASSON : 2^e édition - 2009.



PEGASE

Programme Éducationnel pour une Gestion Améliorée
des Sujets à Risque Cardio-Vasculaire Élevé

**Vous avez une maladie Cardio-Vasculaire
et**

Vous avez 2 Facteurs de Risque parmi les 4 suivants :

- * Hypercholestérolémie
- * Hypertension artérielle
- * Diabète
- * Tabagisme

RENSEIGNEZ VOUS !!!

Pour améliorer votre qualité de vie.

Programme PÉGASE 2



PEGASE

Ce Programme d'Éducation Thérapeutique comporte :

8 séances collectives d'une durée de 3 heures

3 séances individuelles de plus de 30 minutes
espacées de 15 jours.

Il se déroule à l'Hôpital
mais le **suivi** sera toujours assuré
par **votre Médecin habituel**.

Les séances ont lieu le **JEUDI**
matin pour les collectives

après midi pour les consultations individuelles.

En pratique, « **Tout est gratuit !** ».

Vous bénéficierez **d'explications très détaillées**
sur l'ensemble des Facteurs de Risque Cardio-Vasculaires
et sur votre pathologie avec les moyens de se soigner :
alimentation, activité physique, médicaments.

Un **suivi diététique individuel** est possible
sous forme de consultations (1 H 30).

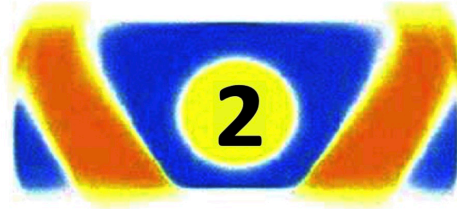
Une **prise en charge psychologique** est assurée.

Programme PÉGASE 2

Centre Hospitalier Régional et Universitaire de Marseille

Pôle Cardio-Vasculaire

Consultation de Prévention des Risques Vasculaires



PEGASE

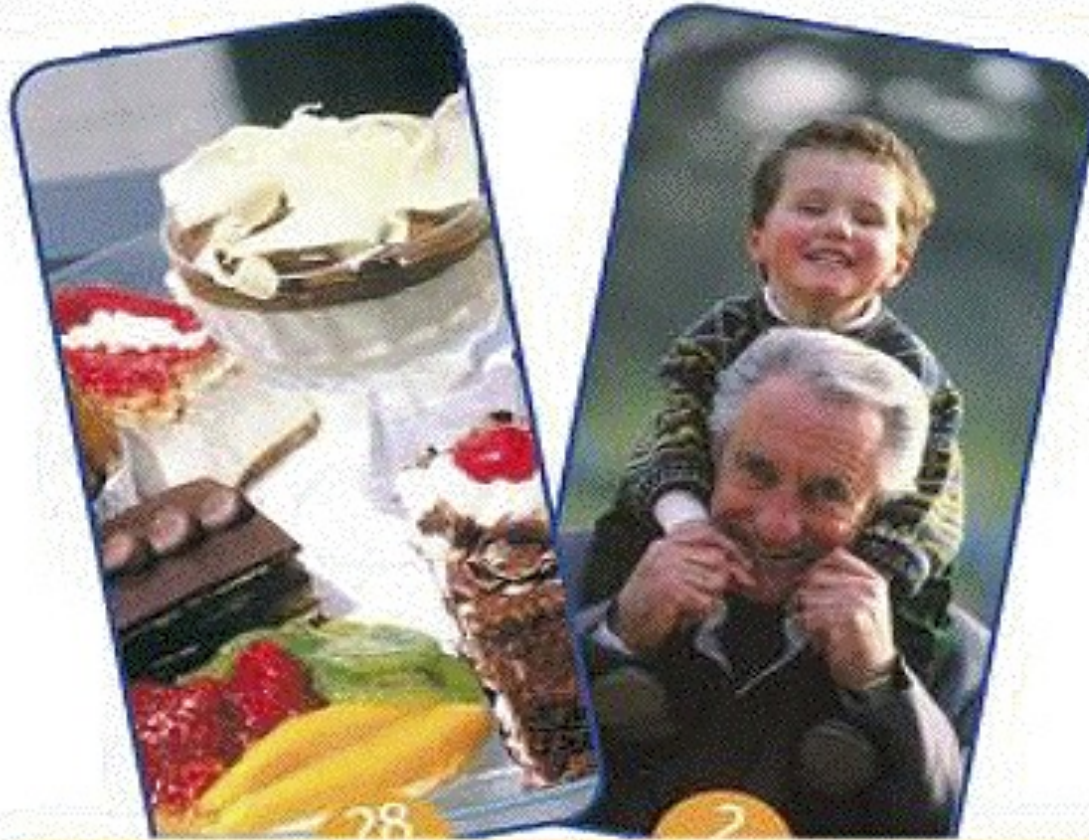
Programme **É**ducationnel pour une **G**estion **A**méliorée
des **S**ujets à Risque Cardio-Vasculaire **É**levé

“ Livret
de suivi ”

**Explorer le rapport
du patient à la santé
et à la maladie
et identifier les
facteurs de risque**

Programme PÉGASE 2

Séance Collective 1



Photolangage

Programme PÉGASE 2

Séance Collective 1



Mes facteurs de risque cardio-vasculaires

Entourer le ou les facteurs de risque
qui me correspond(ent).



Hypertension
artérielle



Excès
de cholestérol



Diabète



Tabac

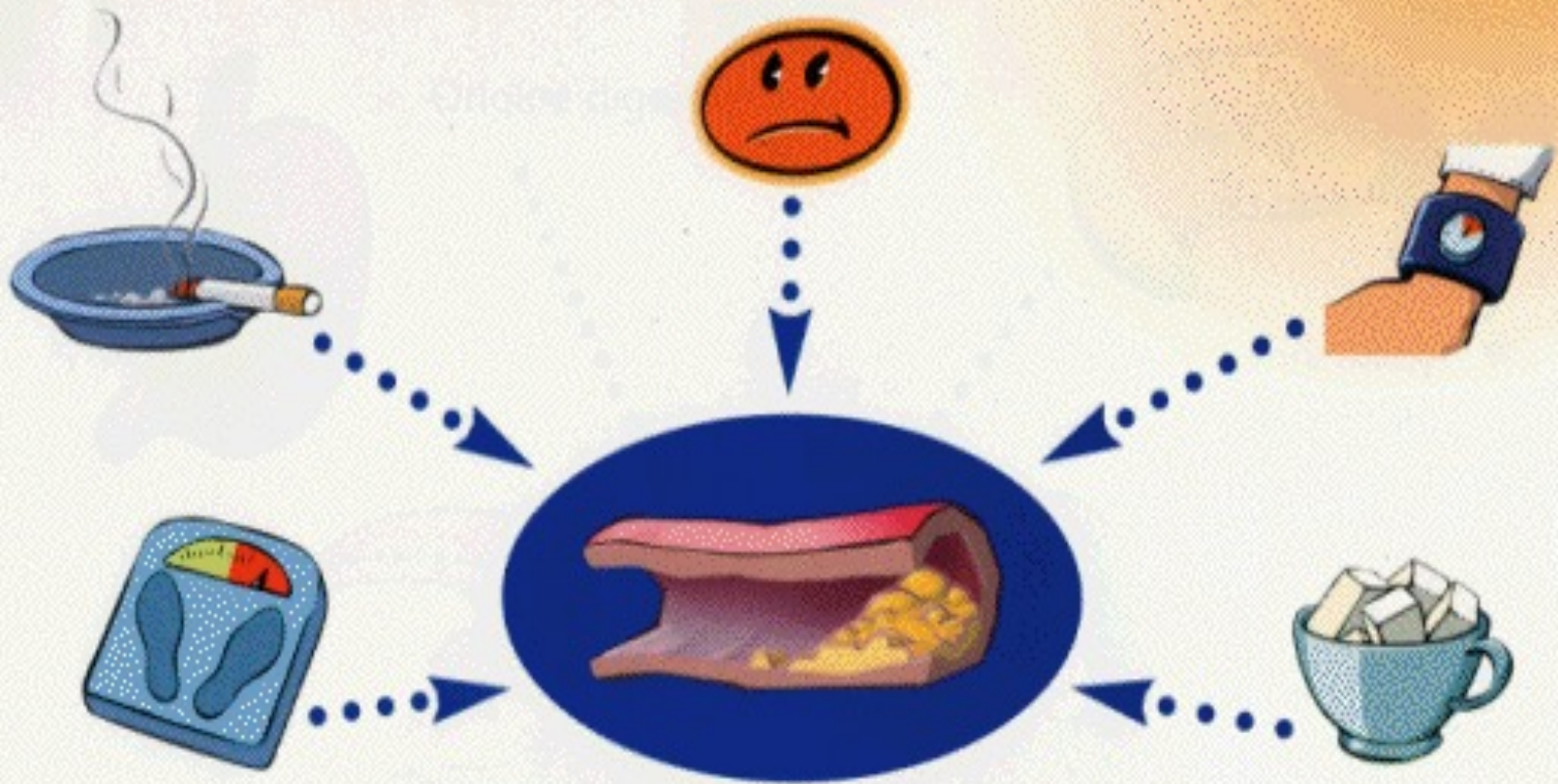


Surpoids

“ LA MALADIE DES ARTÈRES ”

Madame Sophie DOLADILHE
Infirmière en Pratique Avancée

“ Des facteurs multiples, une cible identique ”



Une artère malade

CUMUL DES FACTEURS, LA MALADIE ÉVOLUE PLUS VITE

“ La maladie artérielle : c'est l'athérosclérose ”



ARTÈRE SAIN



ARTÈRE MALADE



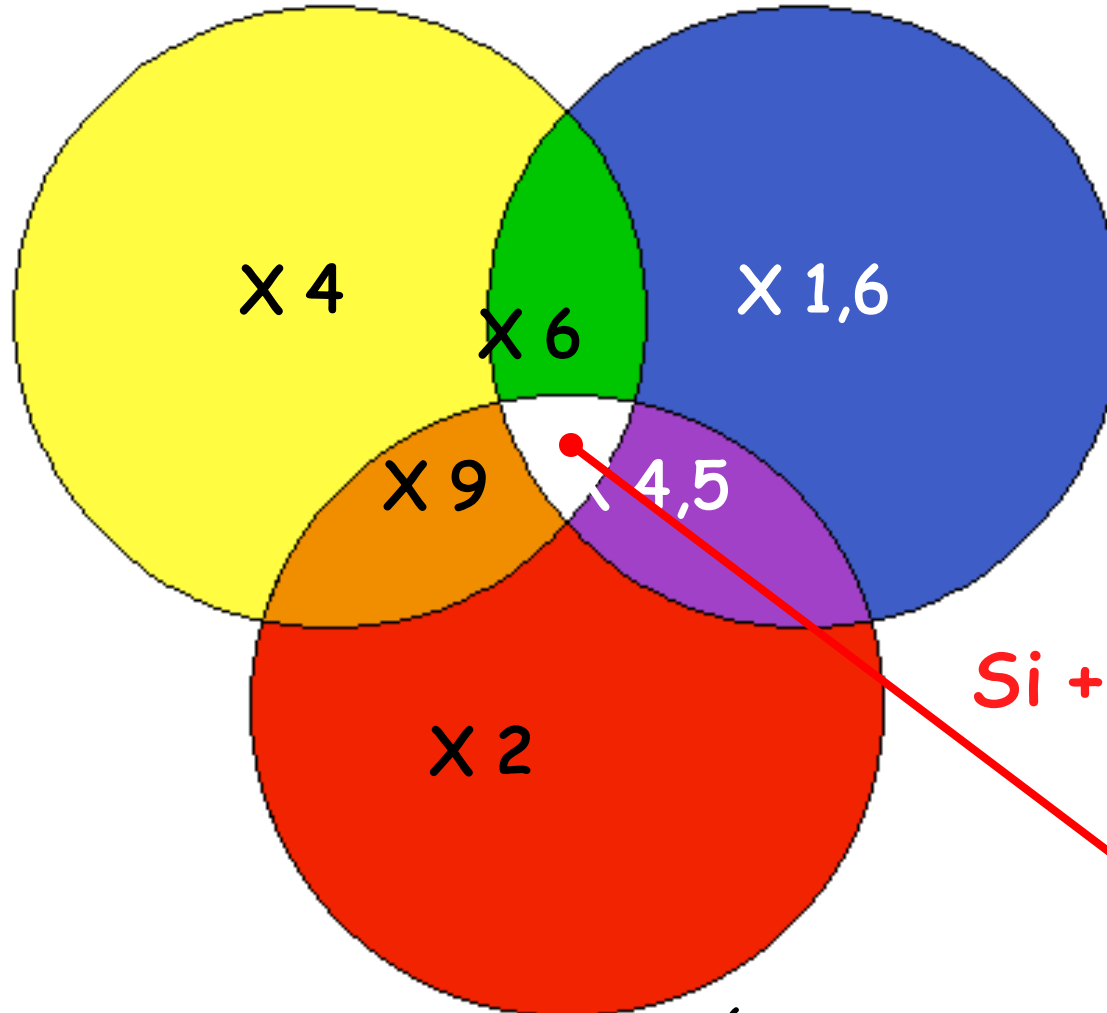
ARTÈRE BOUCHÉE = ACCIDENT

Programme PÉGASE 2

Séance Collective 1



HYPERCHOLESTÉROLÉMIE TABAGISME



Si + DIABÈTE :
X 30

X 16

HYPERTENSION ARTÉRIELLE

Risque d'accident Cardio-Vasculaire chez un homme de 45 ans

**Identifier les moyens
de se traiter**



Mon alimentation

	Les 3 aliments que je préfère	Effets +	Effets -
1	<input type="text"/>
2	<input type="text"/>
3	<input type="text"/>

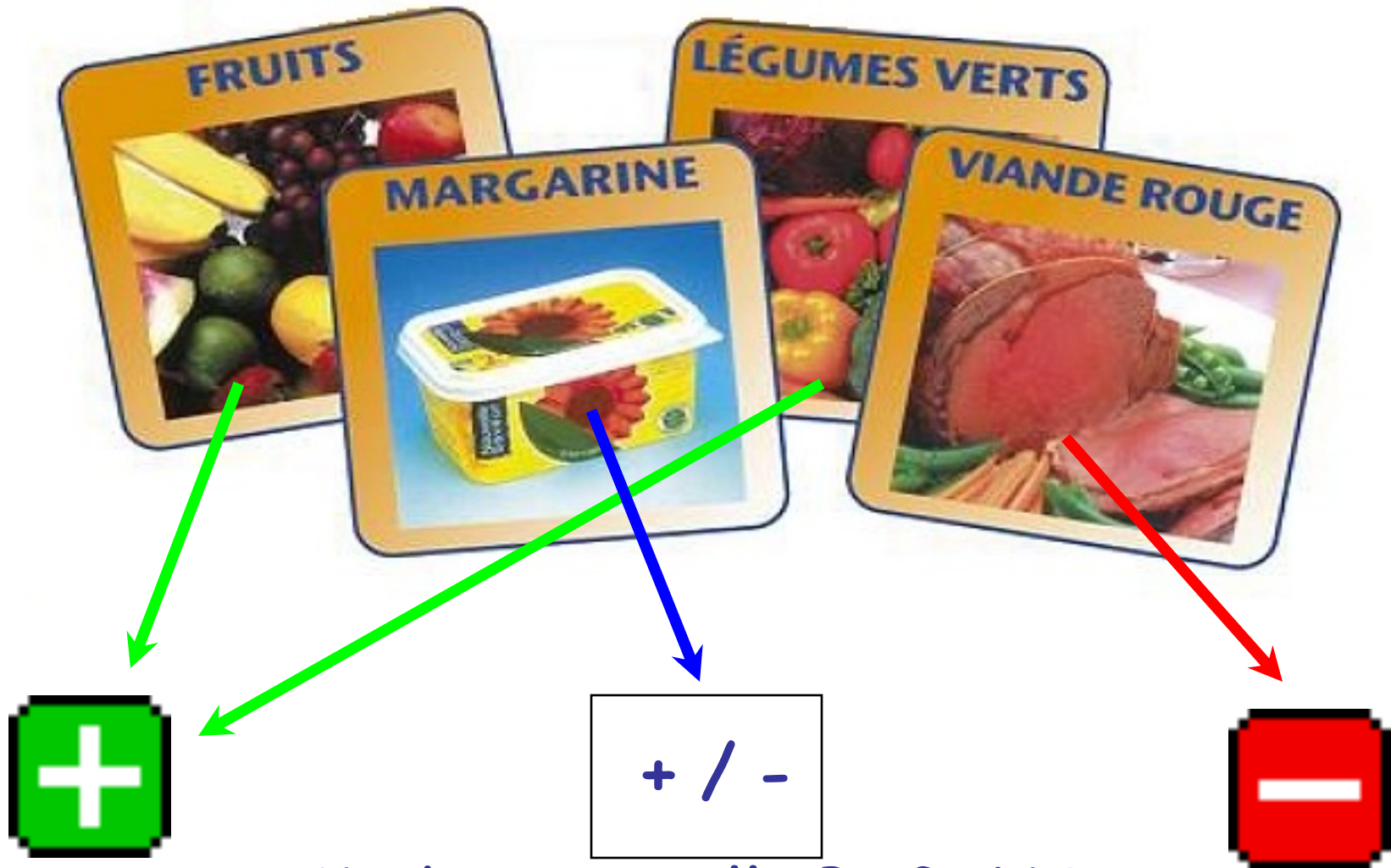
Mon activité Physique

Je note mes activités, leur fréquence, leurs effets sur ma santé

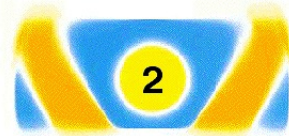
1	<input type="text"/>	<input type="text"/>
		X/semaine	
2	<input type="text"/>	<input type="text"/>
3	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Programme PÉGASE 2

Séance Collective 2



Madame Anaëlle PAGANO
Diététicienne



PEGASE

Un seul

verre



par

jour



PEGASE

Situation désirée

Ce qui me donne envie de
pratiquer des activités
physiques ou sportives

Les activités physiques ou
sportives que je me sens
capables de pratiquer

La question de la
MOTIVATION

Situation actuelle

Ce qui ne me donne pas
envie de pratiquer des
activités physiques ou
sportives

Les activités physiques ou
sportives que je ne me sens
pas capables de pratiquer

Monsieur Alexandre DAGUZAN
Psychologue de la Santé

Agir : L'Activité Physique Adaptée

30 minutes minimum 3 X par semaine

Dans la vie courante + activité de type aérobique 3 à 4 fois par semaine



PAS DE COMPÉTITION !!!

Se trouver une "bonne raison" de sortir 30 minutes tous les jours ?





Programme PÉGASE 2

Séance Collective 4



**Pastilles auto-collantes
pour les médicaments**

«Selon vous à quoi servent
vos médicaments ?»

«Rencontrez-vous des difficultés
à suivre votre traitement ?»

Programme PÉGASE 2

Séance Collective 4



Mes médicaments

Je note le nom de mes médicaments en face de leurs indications



Hypertension
artérielle



Excès
de cholestérol



Diabète



Tabac



Surpoids

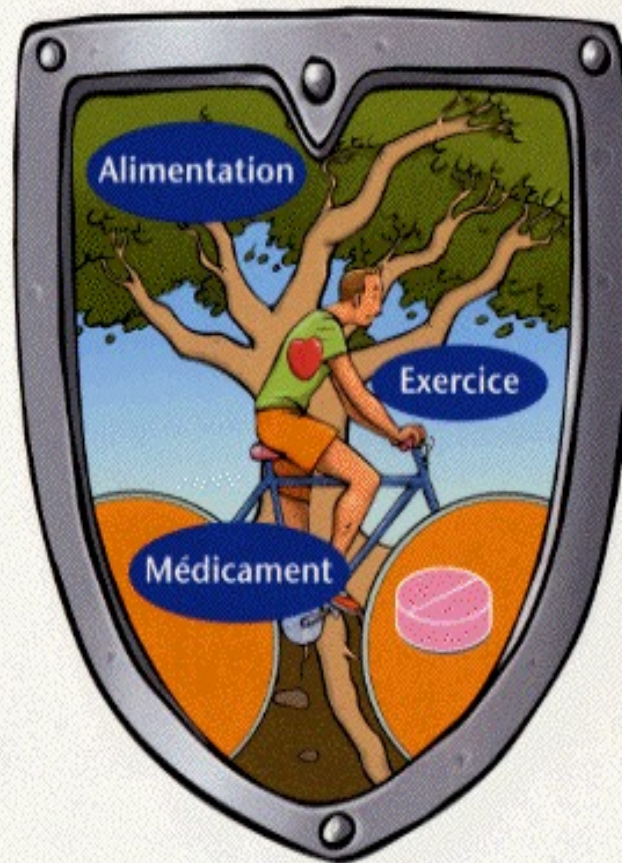
Commentaires :

.....
.....
.....

LA VÉRITÉ SUR LES MÉDICAMENTS



“ L'alimentation, l'activité physique
et les médicaments
sont complémentaires ”



Programme PÉGASE 2 Interséance



Intersession



**Le patient réfléchit
sur les facteurs de risque
sur lesquels il peut agir**

Programme PÉGASE 2

Séance Individuelle 2



Mon projet

Qu'est que je voudrais faire ?

- 1
-
- 2
-
- 3
-

Comment vais-je m'y prendre ?

.....

.....

.....

.....

.....

Programme PÉGASE 2

Séance Individuelle 2



J'identifie les bénéfices

1
.....
2
.....
3
.....

Je cite les craintes

1
.....
2
.....
3
.....

Comment évaluer mon projet ?

.....
.....
.....

Je compte débiter mon projet à partir du :/...../.....

Programme PÉGASE 2

Séance Individuelle 2



**Identifier les moyens
de suivre son projet
thérapeutique**

Alimentation et Facteurs de Risque Cardio-Vasculaires



Madame Anaëlle PAGANO
Diététicienne

Programme PÉGASE 2

Séance Collective 5



Apprentissage
de la lecture
des étiquettes



Supermarché Virtuel / Cartes Alimentaires

AUTOMESURE DE LA PRESSION ARTÉRIELLE



Madame Sophie DOLADILHE
Infirmière en Pratique Avancée

Programme PÉGASE 2

Séance Collective 5



***LES RECOURS SOCIAUX
ET FINANCIERS***

Madame Chloé JAMAIN
Assistante Sociale

6

Jeanne



1 - Quelles sont les conséquences prévisibles de l'arrêt du traitement ?

- Son taux de cholestérol risque de remonter.
- Les pertes de mémoire vont s'atténuer.
- Elle risque de présenter un accident cardiaque dans les semaines qui suivent.
- Son poids va augmenter progressivement.
- Le médicament sera moins efficace lorsqu'elle le reprendra.

2 - Quels effets indésirables un traitement hypocholestérolémiant peut-il provoquer ?

- Fatigue.
- Perte de mémoire.
- Douleurs musculaires.
- Troubles digestifs.
- Diminution du goût.

3 - Quels arguments donner à Jeanne pour l'inciter à reprendre son traitement ?

- Les effets secondaires sont rares.
- Le médicament diminue son risque d'infarctus.
- Le médicament diminue le poids.
- Les pertes de mémoire ne sont pas dues au médicament.
- Faire un bilan sur ses troubles de mémoire.

Carte de mise en situation

Le groupe réagit par des commentaires et des propositions

Programme PÉGASE 2

Séance Collective 6



Jeu éducatif : mon parcours santé

- Questions rouges se rapportant aux facteurs de risque
- Questions bleues incitant à un dialogue entre les participants à partir d'une situation pratique

À partir des situations concrètes du jeu :

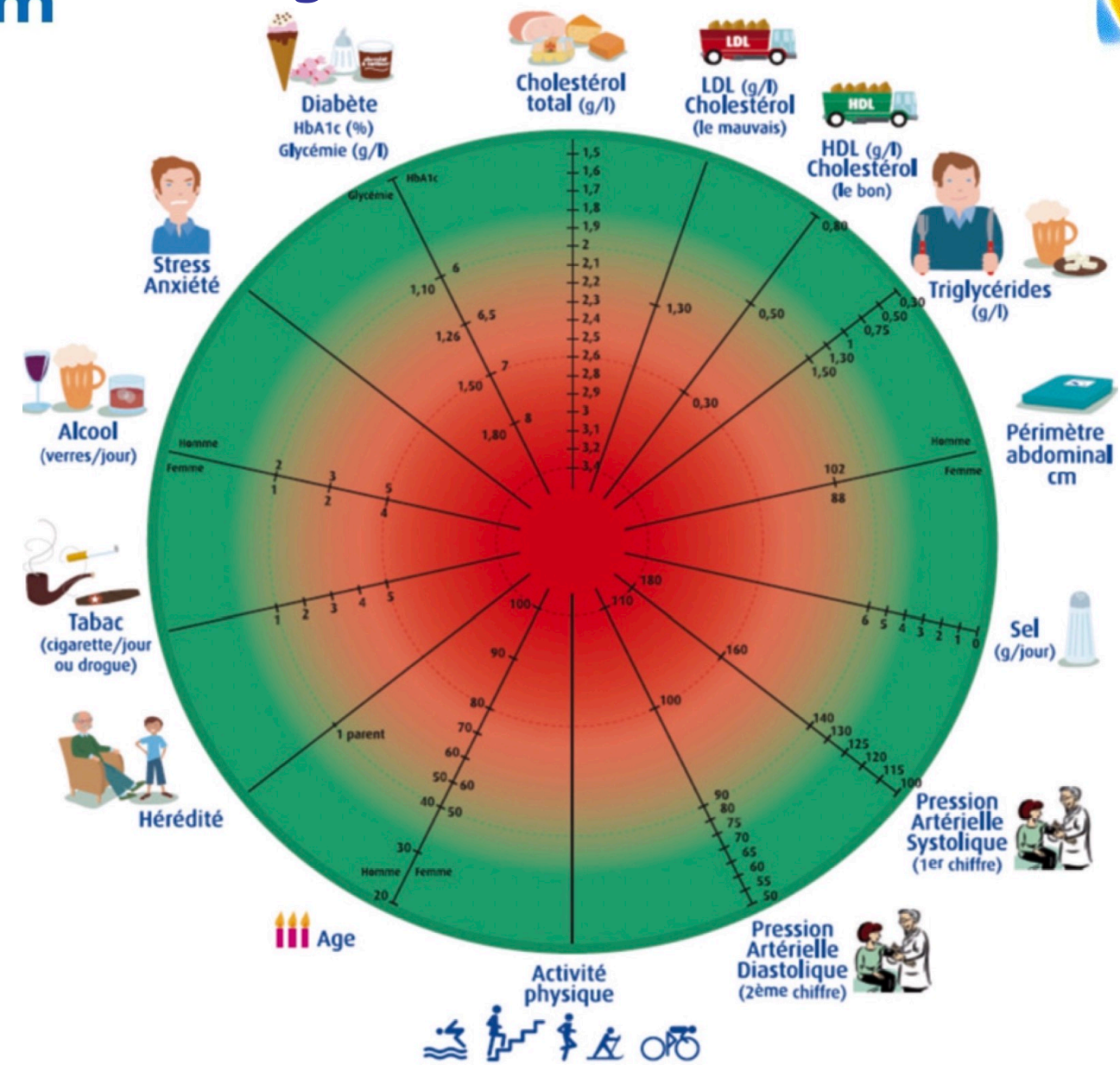
“Groupe de Parole”

Mieux vivre sa maladie chronique

Monsieur Alexandre DAGUZAN

Psychologue de la Santé

Programme PÉGASE 2



Où il vaut mieux être dans le **vert** que dans le **rouge**

Programme PÉGASE 2

Résultats



1 - Satisfaction des patients :

Q. Satisfaction Patients (/ 10)	9,5 +/- 0,85
---------------------------------	--------------

2 – « Qualité de vie » :

Q. SF 36 Physique (/ 100) (3)	52,3 +/- 19,49	62,8 +/- 20,20	+ 10,5	0,0412
Q. SF 36 Psychique (/ 100) (3)	56,7 +/- 24,3	66 +/- 26,9	+ 9,3	0,0924
Echelle HAD : A (/ 21) (4)	11,6 +/- 2,27	9,2 +/- 2,7	- 2,4	0,0089
Echelle HAD : D (/ 21) (5)	10,8 +/- 3,85	7,3 +/- 3,86	- 3,5	0,0074
QGS (/ 36) (6)	15,9 +/- 5,90	20,4 +/- 9	+ 4,5	0,0202
Q. Diététique (/ 25) (7)	11,4 +/- 3,5	17,2 +/- 3,16	+ 5,8	0,0047
Q. Activ. Physique (/ 22)	6,6 +/- 3,41	9,6 +/- 4,83	+ 3	0,0169
Q. Observance (/ 100)	91 +/- 11,8	100 +/- 0	+ 9	0,0431

Programme PÉGASE 2

Résultats



3 – Paramètres « bio-cliniques » :

Paramètres	Bilan Initial	Bilan Final	Variation	p
Poids (Kg)	86,1 +/- 23,48	81,7 +/- 20,98	- 4,4	0,0123
IMC (Kg/m ²)	28,35 +/- 5,58	27,77 +/- 3,97	- 0,58	0,221
PAS (mm Hg)	161 +/- 29,8	127,77 +/- 3,97	- 27,1	0,0049
PAD (mm Hg)	92,8 +/- 14,97	81,2 +/- 4,61	- 11,6	0,0122
CT (g/l)	2,02 +/- 0,29	1,32 +/- 0,18	- 0,7	0,0051
C LDL (g/l)	1,31 +/- 0,3	0,63 +/- 0,13	- 0,68	0,05
C HDL (g/l)	0,4 +/- 0,14	0,46 +/- 0,09	+ 0,06	0,0745
TG (g/l)	2,18 +/- 0,69	1,32 +/- 0,51	- 0,86	0,005
Glycémie (g/l)	1,44 +/- 0,62	1,06 +/- 0,1	- 0,38	0,0209
Hb A _{1c} (%) (1)	8,97 +/- 1,75	6,84 +/- 0,85	- 2,13	0,0431
Fumeurs	6	2	- 4	-

Programme PÉGASE 2

Résultats



RISQUE CARDIO-VASCULAIRE :

RCVA (%) (2)	21,26 +/- 10,5	11,24 +/- 5,36	- 10,2	0,0077
--------------	----------------	----------------	--------	--------

EN 3 MOIS, LE RISQUE
D'ACCIDENT CARDIO-VASCULAIRE
A DIMINUÉ de 10 %

Programme PÉGASE 2

MERCI !

Pour votre attention
À l'équipe soignante

À l'  ...
Agence Régionale de Santé
Provence-Alpes
Côte d'Azur

À bientôt !

