

Contact

Secrétariat médical → 061 622 550

Une équipe pluridisciplinaire est présente pour vous informer et vous accompagner.

Physiothérapeutes

Dr K. DULIEU

Dr A. HEUSCHLING

Dr F. LORQUET

Dr V. PRIST

Kinésithérapeutes

A. BENOIT

E. CAILLET

F. DE BRUYCKER

M. DECONINCK

L. JEROUVILLE

Y. WAMPACH



H O P E

Où ?

Service de Kinésithérapie
Hôpital de Libramont
Avenue de Houffalize, 35
6800 LIBRAMONT

Tél.:061 622 558



H Health
O Oncology
P Program
E Exercice

Programme

d'exercices physiques

en oncologie

Pour qui ?

Pour les patients suivis en oncologie :
cancer du sein, de la prostate,...

Par qui ?

Par des Kinésithérapeutes spécialisés du
service de réhabilitation certifié en
« Exercise Therapy » UCL.

Les objectifs ?

- diminuer le risque de récurrence du cancer
- diminuer les effets secondaires de la chimiothérapie, de la radiothérapie et de l'hormonothérapie (fatigue, fonte musculaire, douleur articulaire)
- diminuer l'ostéoporose
- diminuer le risque de maladies cardiovasculaires
- augmenter le bien-être, la santé mentale

En pratique ?

Un module comprend :

- 24 séances
- 90 min d'exercices physiques / séance
- 2 séances / semaine
- les Lundi et vendredi de 15h à 16h30
- en groupe de 8 personnes maximum

Déroulement d'une séance :

- Exercices cardio-vasculaires (vélo, tapis roulant, marche/course, marche nordique)
- Exercices de renforcement musculaire global (ateliers, step, fitness)
- Exercices abdominaux
- Etirements