

Le goût de l'effort

Air association a inauguré samedi son nouvel espace Réentraînement à l'effort, installé au Trident. Il permet à des insuffisants respiratoires de retrouver leur souffle et de continuer ensuite le travail à domicile.

■ Le projet a vu le jour il y a deux mois, initié par des pneumologues, en collaboration avec des associations de patients. Air association, qui a déménagé en 2004 du Hasenrain au Parc des Collines, facilite le retour à la maison de patients souffrant d'insuffisance respiratoire. La partie commerciale de l'activité est assurée par Air à domicile, depuis quatre ans. Air association peut se consacrer entièrement à sa vocation sociale. «Cet espace s'intègre dans les différentes activités de l'association Air», indique le président, le Dr Philippe Guiot. *Le réentraînement à l'effort est quelque chose d'essentiel dans la vie d'un insuffisant respiratoire chronique*. Il lui faut sortir d'un cercle vicieux. La maladie entraîne un essoufflement pour des efforts des plus limités. Le patient réduit donc son activité physique, ce qui aggrave l'essoufflement...

Vingt séances sur cinq semaines, encadrées par un kinésithérapeute

L'espace de réentraînement à l'effort compte une quinzaine de patients en file active. Le programme comprend vingt séances sur cinq semaines, encadrées par un kinésithérapeute. Les patients travaillent sur un ergocycle, avec analyse de l'essouffle-



Inauguration en présence du maire, Jean Rottner, avec le Dr Guillot (à gauche) et la directrice d'Air association, Catherine Goll (à droite). (Photo DNA - K.D.)

ment, de la fréquence cardiaque, de la saturation en oxygène. Il faut y ajouter des exercices de respiration, une éducation physique adaptée, de la relaxation... A la fin du cycle, le patient revoit son pneumologue et continue l'effort à la maison, sur son vélo ergonomique. «Le bénéfice du réentraînement à l'effort n'est là que s'il est poursuivi à domicile», précise le Dr Guiot. L'association travaille en collaboration avec le centre médical Lalance, qui reste le centre de référence dans le Haut-Rhin en matière de réhabilitation pulmonaire.

Le maire Jean Rottner, était présent à l'inauguration. Il a

salué la présence de ses collègues médecins et a assuré de sa volonté de donner une place à la santé et au bien-être dans la ville. Les associations de malades étaient aussi représentées, comme l'UPPC (Utilisateurs de pression positive continue) avec son vice-président, Jean-Paul Buessinger; et Airsa, avec sa présidente, Marie-Agnès Wiss. Satisfaite de l'ouverture de ce nouveau centre pour les insuffisants respiratoires chroniques (bronchite, apnées du sommeil, asthme...), elle souhaite cependant qu'il s'ouvre aux autres pathologies. **K.D.**