

RAAC : Auto-rééducation avec les fiches activités/exercices de rééducation

Ce programme de rééducation post opératoire en hospitalisation digestive est basé sur **3 séries d'auto-rééducation par jour**. Une série se compose des 10 respirations et/ ou mouvements qui durent environ 10-30 min et des exercices pour le pédalier d'une durée de 20 min.
Il est recommandé que le patient quitte son lit (fauteuil voire déambulation si possible) durant 30 minutes au minimum le jour de l'intervention et 3-6H les jours suivants (fauteuil, marche, l'escalier, pédalier).

1.



2.



RAAC : Auto-rééducation avec les fiches activités/exercices de rééducation

Ce programme de rééducation post opératoire en hospitalisation digestive est basé sur **3 séries d'auto-rééducation par jour**. Une série se compose des 10 respirations et/ ou mouvements qui durent environ 10-30 min et des exercices pour le pédalier d'une durée de 20 min.

Il est recommandé que le patient quitte son lit (fauteuil voire déambulation si possible) durant 30 minutes au minimum le jour de l'intervention et 3-6H les jours suivants (fauteuil, marche, l'escalier, pédalier).

3.



4.



RAAC : Auto-rééducation avec les fiches activités/exercices de rééducation

Ce programme de rééducation post opératoire en hospitalisation digestive est basé sur **3 séries d'auto-rééducation par jour**. Une série se compose des 10 respirations et/ ou mouvements qui durent environ 10-30 min et des exercices pour le pédalier d'une durée de 20 min.
Il est recommandé que le patient quitte son lit (fauteuil voire déambulation si possible) durant 30 minutes au minimum le jour de l'intervention et 3-6H les jours suivants (fauteuil, marche, l'escalier, pédalier).

5.



6.



RAAC : Auto-rééducation avec les fiches activités/exercices de rééducation

Ce programme de rééducation post opératoire en hospitalisation digestive est basé sur **3 séries d'auto-rééducation par jour**. Une série se compose des 10 respirations et/ ou mouvements qui durent environ 10-30 min et des exercices pour le pédalier d'une durée de 20 min.
Il est recommandé que le patient quitte son lit (fauteuil voire déambulation si possible) durant 30 minutes au minimum le jour de l'intervention et 3-6H les jours suivants (fauteuil, marche, l'escalier, pédalier).

7.



8.



RAAC : Auto-rééducation avec les fiches activités/exercices de rééducation

Ce programme de rééducation post opératoire en hospitalisation digestive est basé sur **3 séries d'auto-rééducation par jour**. Une série se compose des 10 respirations et/ ou mouvements qui durent environ 10-30 min et des exercices pour le pédalier d'une durée de 20 min.
Il est recommandé que le patient quitte son lit (fauteuil voire déambulation si possible) durant 30 minutes au minimum le jour de l'intervention et 3-6H les jours suivants (fauteuil, marche, l'escalier, pédalier).

9.



10.

