



L'itinéraire du vieillessement sain (IVS)

Programme de prévention et d'évaluation

EpiCURA
mon hôpital

L'itinéraire du vieillissement sain... concrètement ?

Il s'agit d'un **programme de soins préventif** adapté à votre état de santé actuel permettant, entre autres, de prévenir d'éventuelles complications liées au vieillissement naturel de votre corps.

Ce programme propose :

- ➔ **un bilan complet** basé sur vos capacités actuelles (vue, audition, mémoire, équilibre, nutrition, capacités physiques, environnement...);
- ➔ **un projet thérapeutique** basé sur **vos objectifs de santé et de vie** ;
- ➔ **un suivi personnalisé** et un lien fonctionnel renforcé **avec votre médecin traitant**

Qui est concerné ?

Toutes les personnes âgées de **65 ans et plus** qui désirent organiser leur vieillissement en bonne santé, et en partenariat avec un médecin expert du vieillissement.

Quel est l'objectif ?

L'objectif premier est de vous **accompagner dans votre démarche de vieillissement en bonne santé**. Ainsi, l'itinéraire proposé permet de prévenir la diminution des capacités fonctionnelles, améliorer votre autonomie et votre qualité de vie.

Quels sont les services proposés ?

L'itinéraire propose 2 options en fonction de votre état de santé :

- la consultation gériatrique ;
- l'hospitalisation de jour de l'IVS, un bilan pluridisciplinaire réparti sur une journée de 8h30 à 17h.

Comment savoir si je peux bénéficier du programme préventif ?

EpiCURA vous propose un questionnaire simple, basé sur vos capacités actuelles (comme la vision, la mémoire, l'équilibre ou encore votre force musculaire).

Screening générique – Questionnaire d'auto-évaluation

	OUI	NON
1. Vivez-vous seul au domicile ?		
2. Bénéficiez-vous d'aides à domicile (infirmière, aide-ménagère, aide familiale...) ?		
3. Avez-vous perdu du poids involontairement au cours des 3 derniers mois ?		
4. Avez-vous du mal à finir votre assiette ?		
5. Avez-vous chuté durant les 6 derniers mois ?		
6. Avez-vous des difficultés pour vous déplacer ?		
7. Votre vitesse de marche est-elle ralentie (pour le mesurer, il vous faut plus de 1 seconde pour faire 1 pas)		
8. Avez-vous remarqué des problèmes de mémoire ?		
9. Avez-vous une « baisse de moral » ?		
10. Vous réveillez-vous fréquemment pendant la nuit/ dormez-vous mal ?		
11. Avez-vous des problèmes de vue (avec lunettes) ?		
12. Avez-vous des problèmes d'audition (même avec appareils adaptés) ?		
13. Votre environnement a-t-il changé récemment (famille, maison, conjoint, réseau social...) ?		
14. Prenez-vous plus de 3 médicaments par jour ?		

Vous répondez OUI à au moins 3 des 14 items ci-dessus ?

Vous pouvez prendre rendez-vous en consultation gériatrique au numéro suivant : **078/ 150 170** ou demander conseil à votre médecin traitant.

La consultation gériatrique vous est accessible à n'importe quel âge, à votre demande, ou sur base des conseils d'un médecin traitant ou spécialiste. Cette consultation vous offre la possibilité de rencontrer un gériatre, qui traitera votre dossier avec une vision fondée sur l'INTERDISCIPLINARITÉ.

L'hospitalisation de jour gériatrique de l'IVS est accessible dès 70 ans, si le gériatre juge nécessaire de réaliser des examens complémentaires rassemblés en une seule journée (radiologie, échographie, bilan neuropsychologique, prise de sang, ...)

NB : Si la demande de consultation gériatrique est faite par votre médecin traitant, celle-ci vous coûtera moins cher à condition de disposer d'un dossier médical global (DMG). Pour plus d'infos, renseignez-vous directement auprès de votre mutualité ou de votre médecin traitant.

EpiCURA
mon hôpital

Centre Hospitalier EpiCURA asbl

Siège social : rue Louis Caty 136 - 7331 Baudour

T. : 078 / 150 170 - www.epicura.be

