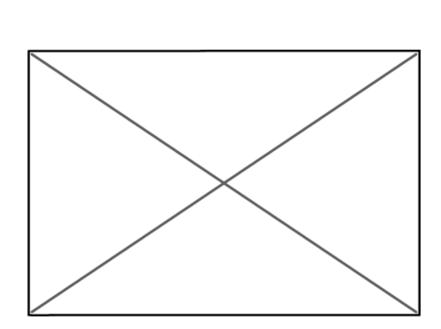


Découvrez votre médecin

lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipisicing elit, sed do eiusmod tempor incididunt ut labore et dolore magna aliqua. Ut enim ad minim veniam, quis nostrud exercitation ullamco laboris nisi ut aliquip ex ea commodo consequat. Duis aute irure dolor in reprehenderit in voluptate velit esse cillum dolore eu fugiat nulla pariatur. Excepteur sint occaecat cupidatat non proident, sunt in culpa qui officia deserunt mollit anim id est laborum.



Le forfait

Le système forfaitaire est le résultat d'un accord entre l'INAMI, toutes les mutuelles et certaines maisons médicales. Il a été créé en 1982 et fonctionne à la capitation, c'est-à-dire, par abonné. Le montant forfaitaire est indépendant du nombre de représentants par profession dans la maison médicale et indépendant du nombre de contacts entre les patients et la maison médicale.

Cela entraîne une solidarité importante entre tous les patients, qu'ils soient malades ou en bonne santé puisque ce n'est pas le nombre de fois qu'ils recourent aux services de la maison médicale qui permet de recevoir de l'argent mais bien le nombre de personnes inscrites au total qui compte.



Droits et devoirs des maisons

Organiser les consultations et les visites pour répondre aux demandes des patients ; · A assurer la continuité des soins en dehors

- des périodes de consultations et de visites et ce, 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7 (participation au système de garde) :
- · A informer les patients sur leurs problèmes de santé ;
- · A faire bénéficier tous les patients des actions de médecine préventive et de promotion de la santé que la maison médicale organise ;
- · Etablir et tenir à jour un dossier médical global pour tous les patients.



Droits et devoirs des clients

A consulter exclusivement les prestataires de soins de la maison médicale dans laquelle ils sont inscrits et pour lesquels la maison médicale reçoit un forfait

- A respecter le système de services mis en place par la maison médicale dans laquelle ils sont inscrits (gardes, ...);
- A rester en ordre de mutuelle ;
- A informer la maison médicale de tous les changements intervenus dans la famille (adresse, téléphone, mutuelle, ...).

Nous croyons en une médécine accessible pour tous et à moindre coût

Philosophie du travail

lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipisicing elit, sed do eiusmod tempor incididunt ut labore et dolore magna aliqua. Ut enim ad minim veniam, quis nostrud exercitation ullamco laboris nisi ut aliquip ex ea commodo consequat. Duis aute irure dolor in reprehenderit in voluptate velit esse cillum dolore eu fugiat nulla pariatur. Excepteur sint occaecat cupidatat non proident, sunt in culpa qui officia deserunt mollit anim id est laborum.

lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipisicing elit, sed do eiusmod tempor incididunt ut labore et dolore magna aliqua. Ut enim ad minim veniam, quis nostrud exercitation ullamco laboris nisi ut aliquip ex ea commodo consequat. Duis aute irure dolor in reprehenderit in voluptate velit esse cillum dolore eu fugiat nulla pariatur. Excepteur sint occaecat cupidatat non proident, sunt in culpa qui officia deserunt mollit anim id est laborum.

Info pratique

Adresse : 48 rue du vaudrée 4031 Angleur

Téléphone: 0493 51 23 45 Fax 0493 51 23 45

email contact@csiangleur.be

Horaires

LUN - MAR - JEU 8:00-22:00 sauf férié 7:00-21:00 sauf férié MERCREDI VENDREDI 8:00-20:00 sauf férié

8:00-22:00 sauf férié SAMEDI - DIMANCHE

S'incrire à la newsletter

Lien utile

www.inami.be www.maisonmedicale.org www.glamo.be www.chu.be

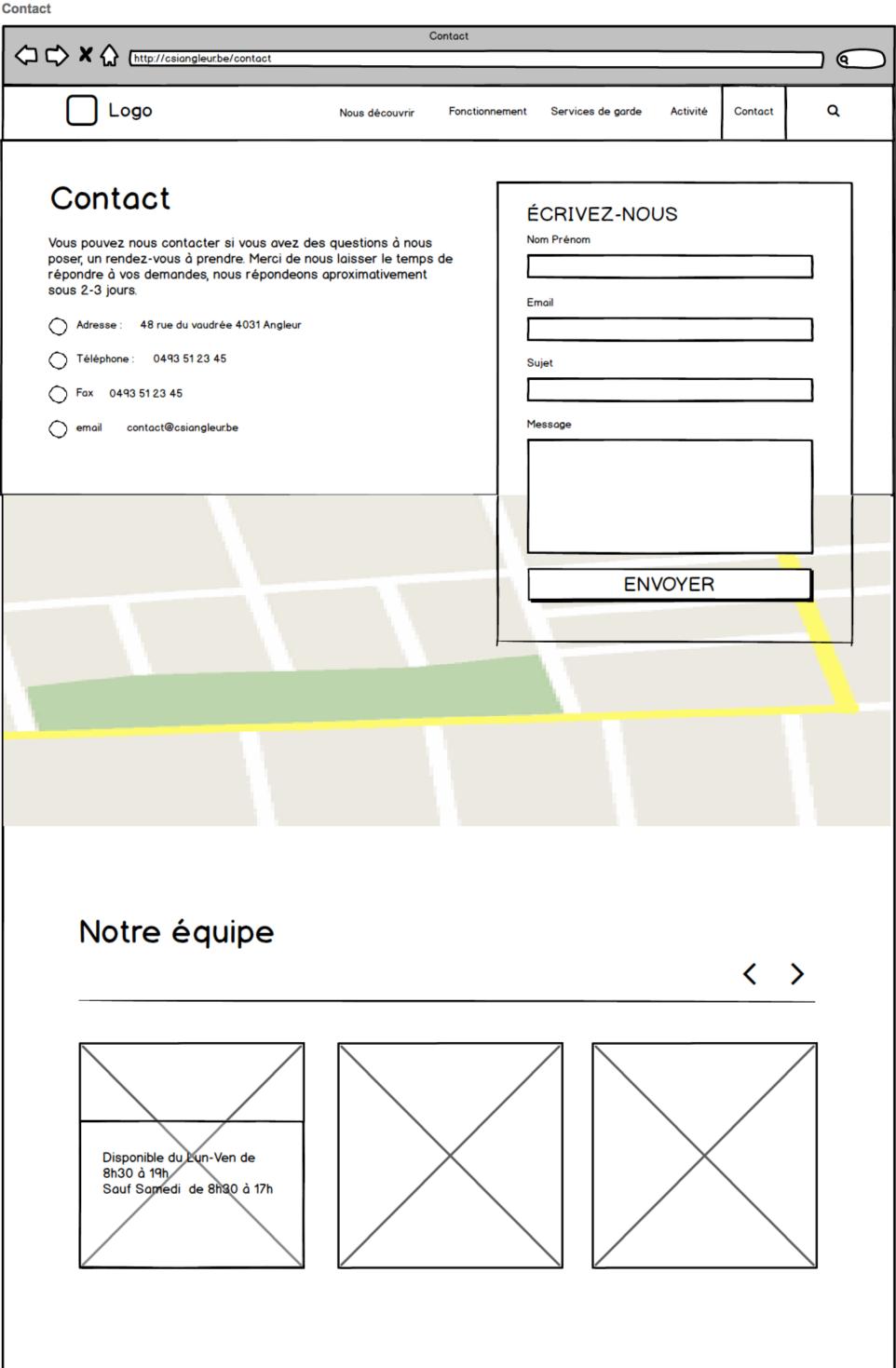
S'INSCRIRE

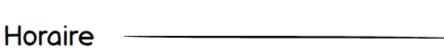
Designed by DS

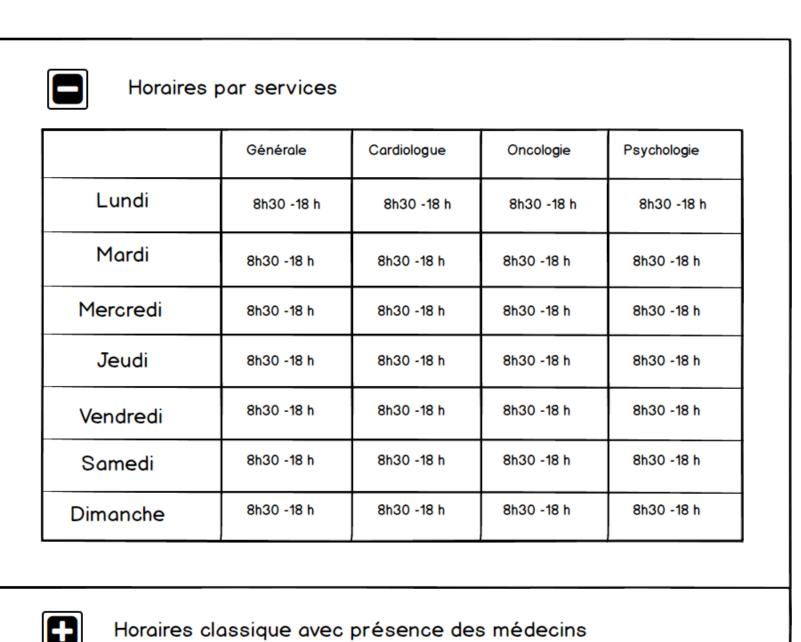
S'INSCRIRE

u

S'incrire à la newsletter







Info	pratique

Adresse: 48 rue du vaudrée 4031 Angleur

S'incrire à la newsletter

Téléphone: 0493 51 23 45 Fax 0493 51 23 45

email contact@csiangleur.be

Horaires

LUN - MAR - JEU

MERCREDI

SAMEDI - DIMANCHE

8:00-22:00 sauf férié

VENDREDI

7:00-21:00 sauf férié

8:00-20:00 sauf férié

8:00-22:00 sauf férié

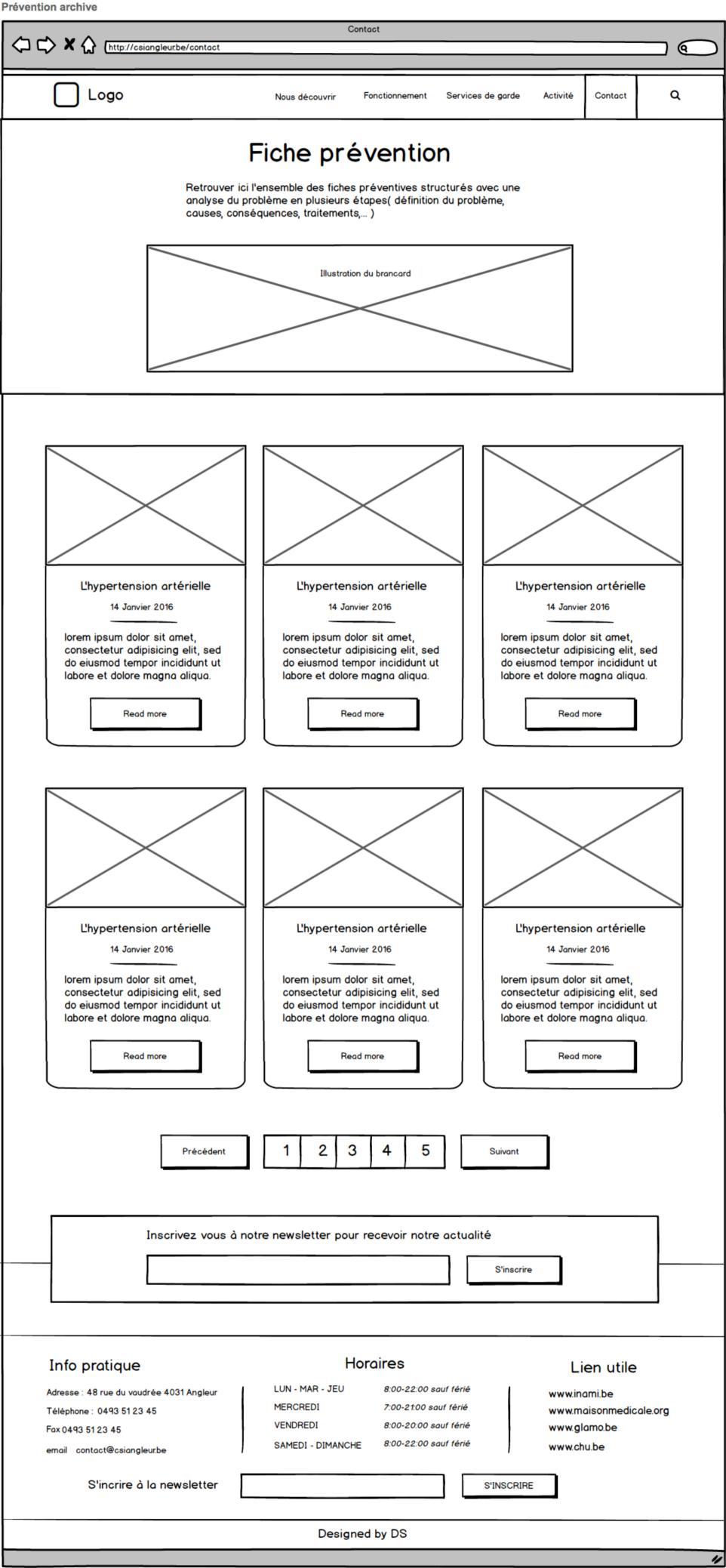
Lien utile

www.inami.be www.maisonmedicale.org www.glamo.be

"

www.chu.be

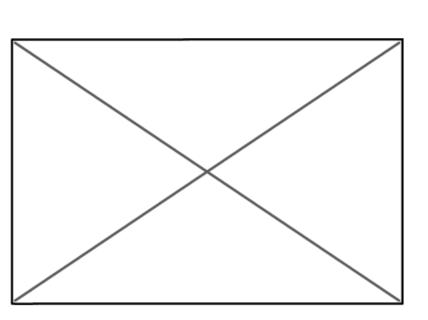
S'INSCRIRE



http://csiangleur.be/fiche		- pratique				€
Logo	Nous découvrir	Fonctionnement	Services de garde	Activité	Contact	Q

L'hypertension artérielle

L'hypertension artérielle, ou haute pression sanguine, se caractérise par une pression anormalement forte du sang sur la paroi des artères. En situation de stress ou durant un effort physique, il est normal que la tension artérielle s'élève. Mais chez les personnes hypertendues, la tension reste élevée en tout temps, même au repos ou en l'absence de stress.





L'hypertension est dite essentielle lorsqu'elle n'a pas de causes évidentes. La plupart des cas d'hypertension répondent aux critères de l'hypertension essentielle. Quand un problème sousjacent, comme une maladie du rein ou un dérèglement hormonal, cause l'hypertension, elle est alors désignée hypertension artérielle secondaire.

Voici quelque facteurs :

le stress.

l'âge (la pression artérielle s'élève habituellement avec l'âge); le régime alimentaire: une consommation d'alcool immodérée le manque d'exercice physique; l'obésité l'apnée du sommeil



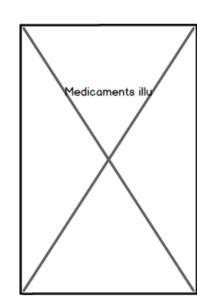
Conséquences

Cela peut donc aller de l'accident vasculaire cérébral, l'infarctus du myocarde, l'insuffisance rénale, l'artérite des membres inférieurs Même les démences d'Alzheimer ont une composante vasculaire reconnue.

le coeur : en cas d'hypertension artérielle, le coeur doit augmenter son activité. Il peut progressivement montrer des signes de fatigue. Cela peut conduire à une insuffisance cardiaque les artères : elles ont tendance à durcir sous l'effet

de la pression. L'hypertension peut provoquer des petites lésions dans la paroi des vaisseaux. Cellesci peuvent être à l'origine du développement de l'athérosclérose. Les vaisseaux peuvent alors être obstrués, ce qui peut avoir de graves conséquences (infarctus, accident vasculaire cérébral...),

les reins : l'hypertension peut avoir une part de responsabilité dans l'insuffisance rénale.



Traitement disponible?

Il n'y a pas de traitement qui permette de guérir définitivement l'hypertension artérielle. Le traitement a pour but d'abaisser artificiellement la pression sanguine pour prévenir d'éventuels dommages aux organes (coeur, cerveau, reins, yeux). Lorsque ces organes sont déjà atteints, le traitement de l'hypertension artérielle devient encore plus important. Chez les personnes diabétiques, les objectifs de traitement sont plus élevés, car le risque de complications est accru.

En cas d'hypertension légère, le fait d'adopter des habitudes de vie plus saines peut suffire à normaliser la tension.

En cas d'hypertension modérée ou avancée, l'adaptation des habitudes de vie reste indispensable; elle permettra de réduire la consommation de médicaments. Dans tous les cas, une approche globale a un effet encore plus important sur la pression artérielle que la seule prise de médicaments.

Des conseils pratiques domnées par des experts de qualités

Conseil pratique

Alimentation

Diète

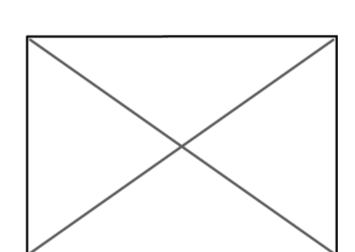
Il est possible d'abaisser sa tension artérielle en appliquant les conseils qui suivent :

Consommer beaucoup de fruits et légumes.

Limiter sa consommation de sel : des études indiquent que 30 % des hypertendus (en particulier ceux qui réagissent facilement au sodium) peuvent contrôler leur pression sanguine en réduisant leur apport en sel11. Au besoin, pour cuisiner ou assaisonner, remplacer le sel de table, le sel marin ou la fleur de sel par du sel de potassium. Modérer sa consommation d'alcool et de caféine (un maximum de 4

tasses de café par jour). Augmenter son apport en oméga-3 d'origine marine, surtout retrouvés

dans le maquereau, le saumon, la truite, le hareng et la morue. Manger de l'ail : bien que ses vertus ne soient pas prouvées de façon rigoureuse, plusieurs médecins recommandent l'ail pour ses propriétés vasodilatatrices



Exercices physique

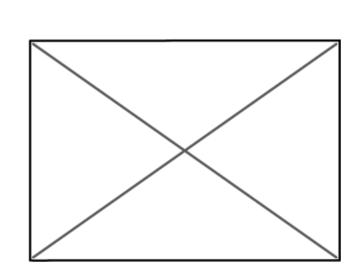
Exercices de type cardiovasculaires

Les exercices de type cardiovasculaire (marche rapide, course, vélo, danse, natation) sont recommandés. On suggère d'en faire au moins 20 minutes par jour, mais tout exercice physique, même moins intense, est bénéfique. À long terme, l'exercice physique régulier permet de réduire la pression systolique de 4 mmHg à 9 mmHg, même sans perte de poids9.

Cependant, prudence avec les exercices qui obligent à lever des poids (au gym, par exemple). Ils deviennent contre-indiqués lorsque la tension artérielle est élevée.

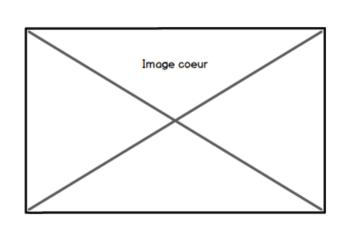
http://www.mauxdetete.com

Dans tous les cas, il est préférable de demander l'avis de son médecin avant d'entreprendre un programme d'exercice.



Liens utiles

http://www.mauxdetete.com http://www.mauxdetete.com http://www.mauxdetete.com http://www.mauxdetete.com http://www.mauxdetete.com http://www.mauxdetete.com



S'INSCRIRE

Info pratique

Adresse : 48 rue du vaudrée 4031 Angleur Téléphone: 0493 51 23 45

S'incrire à la newsletter

Fax 0493 51 23 45

email contact@csiangleur.be

Horaires

LUN - MAR - JEU MERCREDI VENDREDI

SAMEDI - DIMANCHE

8:00-22:00 sauf férié 7:00-21:00 sauf férié 8:00-20:00 sauf férié 8:00-22:00 sauf férié

Lien utile

www.inami.be www.maisonmedicale.org www.glamo.be www.chu.be