

Les consultations suivantes

Les consultations de suivi durent de 20 à 30 minutes.

Elles sont indispensables pour accompagner le patient et le motiver régulièrement.

Le rythme se fera selon votre projet individualisé.

Un suivi régulier permet :

- ➔ de contrôler l'évolution du poids et des autres paramètres,
- ➔ une adaptation et une correction des premiers conseils pour un meilleur suivi,
- ➔ une remise de documents et d'outils complémentaires,
- ➔ un coaching nutritionnel avec des objectifs simples, réalistes et réalisables, déterminés avec le patient.



Les plus de la consultation

Vous êtes suivi par un médecin nutritionniste diplômé et expérimenté.

Vous obtenez des conseils "sur-mesure" et pratiques.

Il n'y a pas de régime restrictif et frustrant.

La prise en charge est personnalisée et adaptée à chacun.

La démarche n'oublie pas le plaisir de la table ni la convivialité !

Pour nous contacter

Vous pouvez prendre rendez-vous avec :

Docteur Sylvie Boulanger,
Médecin nutritionniste, addictologue et gériatre

Docteur Jules Doutey,
Médecin psychiatre (troubles alimentaires)

Auprès du secrétariat :

Du lundi au vendredi de 8h30 à 17h00



05 46 95 19 21

prevention-et-sante@ch-saintonge.fr



**CENTRE HOSPITALIER
DE SAINTES**
Philippe Marchand

Les consultations se déroulent
habituellement le vendredi au
niveau 0 en face de la cafétéria
Café & Cie.

Consultation



de nutrition

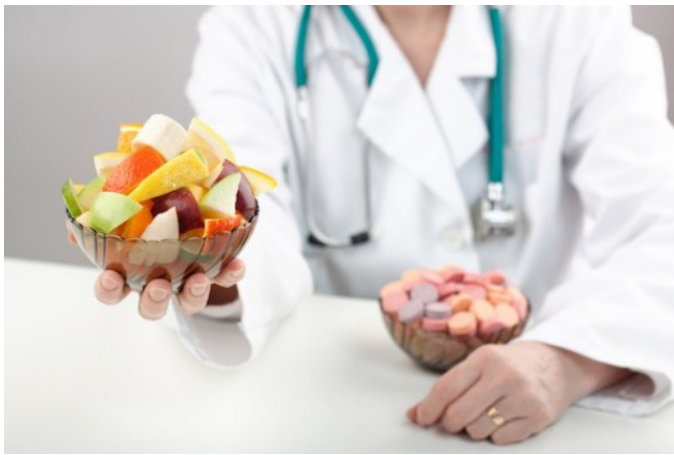


Vous avez des problèmes de santé pouvant être liés à votre alimentation ? Vous êtes atteint de surpoids ou d'obésité ? Vous êtes dénutri ? Vous avez été hospitalisé et vous nécessitez un suivi nutritionnel ? ...

**Vous pouvez obtenir
des conseils nutritionnels
auprès d'un médecin nutritionniste
du Centre Hospitalier de Saintes.**



Centre Hospitalier de Saintes
11 bd Ambroise Paré - BP 10326
17108 Saintes Cedex



Le médecin nutritionniste

Le médecin nutritionniste est un médecin spécialisé qui dépiste et traite les troubles de la nutrition avec ou sans complication médicale associée.

Le motif de consultation est souvent la prise en charge des problèmes d'excès de poids, mais la diététique peut également être particulièrement utile dans d'autres domaines :

- ➔ dénutrition,
- ➔ maladies métaboliques : diabète de type I ou II, hypercholestérolémie ...
- ➔ pathologies cardiovasculaires : hypertension, infarctus, AVC,
- ➔ pathologies rénales : insuffisance rénale, calculs vésiculaires,
- ➔ pathologies digestives : maladie de Crohn, maladie cœliaque ...,
- ➔ troubles du comportement alimentaire : anorexie mentale, boulimie,
- ➔ sevrage tabagique ...



La première consultation

Elle dure environ une heure et permet de faire un bilan initial :

- ➔ une enquête alimentaire et un dépistage des déficits nutritionnels.
- ➔ des prises de mesures (mensurations, poids, mesure de masse grasse...)
- ➔ une analyse globale et la proposition de pistes d'actions
- ➔ une remise de conseils, de plans alimentaires selon la problématique rencontrée
- ➔ une aide motivationnelle et un coaching nutritionnel
- ➔ un apprentissage du mieux manger.



Dans le cadre de l'obésité cette consultation permet de comprendre que l'obésité est une maladie chronique. Cette première consultation permet :

- ➔ de retracer l'histoire pondérale (âge de début, variations de poids, régimes suivis, poids de forme, poids où le patient se sent bien),
- ➔ de déterminer le retentissement physique et psychologique du surpoids,
- ➔ d'étudier les apports alimentaires,

● Tous les conseils et programmes donnés sont personnalisés et adaptés selon vos attentes et objectifs !



- ➔ d'évaluer les habitudes alimentaires (repas : horaires, comment : debout/assis, seul/en compagnie, au restaurant, vite/en prenant le temps de manger, habitude de se resservir à table ; goûter, collation ou en-cas, grignotage : horaires, fréquence, circonstances déclenchantes, aliments consommés, quantité, habitude de sauter un repas, de manger la nuit ; sensation subjective : faim, envie de manger, rassasiement, satiété)
- ➔ de détecter les troubles du comportement alimentaires (compulsion, boulimie)
- ➔ d'évaluer l'activité physique existante

Le médecin nutritionniste réalise un bilan médical complet et donne les premiers conseils nutritionnels, établit un projet personnalisé associé à la pratique d'une activité physique.

Le médecin peut parfois faire appel à d'autres médecins spécialistes (pneumologue, cardiologue, endocrinologue...) selon les pathologies repérées. Il peut conseiller de prendre l'avis d'un psychologue ou orienter vers une chirurgie bariatrique lorsqu'elle est indiquée.

Un bilan biologique est aussi effectué pour déceler des anomalies métaboliques souvent associées à la surcharge pondérale comme le diabète ou une hypercholestérolémie...

