

## Hôpitaux Robert Schuman

9, Rue Edward Steichen, L-2540 Luxembourg

T +352 286 911

[www.facebook.com/hopitauxrobertschuman](https://www.facebook.com/hopitauxrobertschuman)

[www.hopitauxschuman.lu](http://www.hopitauxschuman.lu)

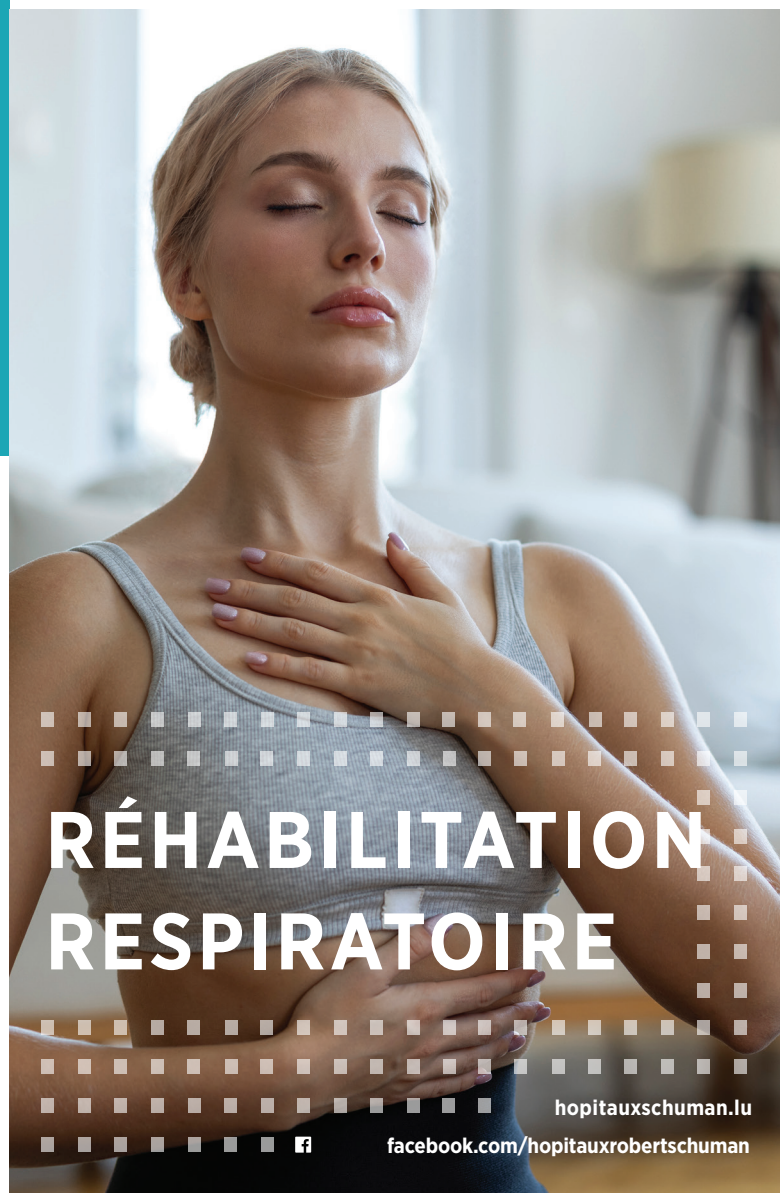
## SITES UTILES

[www.acteurdemasante.lu](http://www.acteurdemasante.lu)

[www.hopitauxschuman.lu](http://www.hopitauxschuman.lu)



**RETROUVER SON SOUFFLE ET  
SON AUTONOMIE**



**RÉHABILITATION  
RESPIRATOIRE**

Imprimé au Luxembourg  
W. 04 2026 - Ed. 04 2026

Réf. Nr. article Orbis: 1031103  
Description: Flyer Réhabilitation  
respiratoire FR

[hopitauxschuman.lu](http://hopitauxschuman.lu)



[facebook.com/hopitauxrobertschuman](https://facebook.com/hopitauxrobertschuman)

## QU'EST-CE QUE C'EST ?

La réhabilitation respiratoire est un programme structuré pour les personnes atteintes de maladies respiratoires chroniques. Elle combine :

- Des exercices physiques adaptés
- Des conseils et apprentissages pour mieux gérer sa maladie
- Un accompagnement par une équipe de professionnels de santé

## POUR QUI ?

Elle est particulièrement recommandée :

- Pour les personnes atteintes de BPCO
- Pour les formes persistantes d'asthme
- Pour les séquelles après une infection respiratoire sévère
- Pour certaines maladies chroniques du thorax ou situations de perte de forme
- En prévision ou après une chirurgie thoracique

## QUE CONTIENT LE PROGRAMME ?

- Des exercices physiques personnalisés (endurance et renforcement musculaire)
- Des exercices respiratoires pour mieux contrôler sa respiration
- Des conseils sur la maladie, les traitements et la gestion des symptômes
- Un accompagnement pour reprendre ses activités et gagner en autonomie

## COMMENT ÇA SE DÉROULE ?

Le programme dure plusieurs semaines avec des séances régulières adaptées à chacun. Une évaluation initiale permet de définir les objectifs et de personnaliser le suivi.

## QUELS BÉNÉFICES ?

- Plus de souffle et d'endurance
- Moins d'essoufflement au quotidien
- Moins de poussées ou exacerbations
- Meilleure qualité de vie et autonomie

## L'OBJECTIF À LONG TERME

L'idée est de maintenir ces habitudes d'activité physique dans la vie quotidienne pour garder durablement les bénéfices obtenus.

La réhabilitation respiratoire est une approche globale et personnalisée qui aide à mieux respirer, rester autonome et profiter d'une meilleure qualité de vie, tout en encourageant la pratique régulière d'une activité physique adaptée.

