

LA PRISE EN CHARGE  
DE **L'OBÉSITÉ**  
AU CHU DE RENNES

*Informations thérapeutiques*



PÔLE ABDOMEN ET MÉTABOLISME  
SERVICE D'ENDOCRINOLOGIE, DIABÉTOLOGIE ET NUTRITION

## **INTRODUCTION**

---

*Vous êtes suivi(e) au CHU pour une prise en charge de votre obésité.*

*Ce livret vous informe sur votre parcours selon que vous vous orientez vers une prise en charge médicale ou chirurgicale. Toutefois, il ne remplace pas les informations données par les professionnels de santé que vous allez rencontrer.*

*Votre motivation et les changements de certaines habitudes de vie seront les clés du succès. Au cours des mois à venir, vous allez entreprendre un grand nombre de démarches dans ce but.*

*Votre compréhension et votre implication sont essentielles pour assurer une bonne prise en charge et un suivi optimal. Notre équipe reste à votre disposition pour toutes vos questions.*

## L'obésité, une maladie chronique

L'obésité se définit comme une accumulation anormale ou excessive de graisse corporelle qui représente un risque pour la santé.

L'obésité, lorsqu'elle est sévère ou massive, risque d'entraîner des difficultés dans la vie de tous les jours. Elle menace la santé, peut provoquer des maladies comme le diabète, l'hypertension artérielle, l'hypercholestérolémie, le syndrome d'apnées du sommeil, des problèmes articulaires, et a des conséquences psychologiques et sociales...

L'indice de masse corporelle (IMC) est un moyen simple pour diagnostiquer l'obésité : il correspond au poids de la personne (kg) divisé par le carré de sa taille (mètre).

calculer  
son  
IMC

Votre **poids** .....

Votre **taille**.....

Votre **IMC**.....

### VALEURS D'IMC ASSOCIÉES AU SURPOIDS ET À L'OBÉSITÉ :

IMC	POIDS
18,5 à 24,9	Normal
25 à 29,9	Surpoids
30 à 34,9	Obésité
35 à 39,9	Obésité sévère
plus de 40	Obésité massive

**Une prise en charge médicale de votre obésité est nécessaire avant d'envisager une prise en charge chirurgicale.**



## Le parcours obésité avec orientation médicale

Nous suivons des patients souffrant d'obésité sévère (Indice de Masse Corporelle  $\geq 35$ ).

Une première consultation médicale (et éventuellement diététique) permet un bilan général, le diagnostic éducatif et de débiter une prise en charge globale. Ceci est l'occasion d'orienter nos patients vers les réseaux d'aide à la pratique sportive, la kiné-balnéothérapie, voire de soutien psychique pour initier une prise en charge multidisciplinaire de proximité. Ce rendez-vous nous permet d'évaluer et de soutenir la motivation de chacun, et de repérer les difficultés dans les démarches passées de perte pondérale pour mieux cibler les soins.

Nous proposons ensuite une prise en charge multidisciplinaire nutritionnelle et comportementale sur 18 mois en moyenne, par une équipe spécialisée formée à l'éducation thérapeutique : médecins nutritionnistes, psychologue, internes, infirmier(e)s, kinésithérapeute, diététiciennes, aides-soignantes, et assistante sociale si nécessaire.

En fonction de votre plan personnalisé de soins et de votre lieu de domicile, cette prise en charge pourra s'effectuer en lien avec le Réseau Diabète Obésité 35 (voir coordonnées en fin de livret).

L'objectif est une perte de poids progressive et durable, sans proposer de "régimes" car ils sont voués à l'échec à long terme, et potentiellement dangereux.

La prise en charge s'articule autour de :

1

### **UN BILAN INITIAL DURANT UN SÉJOUR DE 48H**

Évaluation personnalisée et globale du comportement alimentaire, du terrain psychologique, de la condition physique, du métabolisme de base (calorimétrie indirecte), de la composition corporelle (bioimpédancemétrie), des complications éventuelles à prendre en charge (diabète, hypertension artérielle, hypercholestérolémie, problèmes cardiaques, rhumatologiques, syndrome d'apnées du sommeil). A son terme, est défini un plan personnalisé de soins.

2

### **DES RÉÉVALUATIONS TRIMESTRIELLES**

Soit en hospitalisation de jour ou consultation pluridisciplinaire ou consultation médicale pour entretenir la motivation, aider à tenir les objectifs, à vaincre les difficultés rencontrées et à améliorer l'état de santé physique et psychique. Ce suivi est adapté à chacun au fur et à mesure de son parcours et de son évolution.

3

### **UNE SEMAINE D'ÉDUCATION NUTRITIONNELLE (SEN) SUR 5 JOURS POURRA ÊTRE PROPOSÉE**

Cette semaine est un temps d'échange en groupe de 6 à 10 patients autour de l'alimentation, du comportement alimentaire, de la lecture des étiquettes des aliments. La prise en charge de l'obésité ne peut être complète sans l'approche psycho-comportementale qui est proposée au cours de groupes de parole animés par les infirmières ou les psychologues, ainsi que lors d'ateliers de dégustation ou de travail sur les sensations alimentaires. Notre kinésithérapeute propose un programme d'activité physique adaptée et des séances de balnéothérapie.

4

### **LES JOURNÉES "RETOUR DE SEMAINE D'ÉDUCATION NUTRITIONNELLE"**

Elles sont un temps de réévaluation 3 mois après la SEN, avec le même groupe de patients, pour pouvoir soutenir les efforts et les changements d'habitudes de vie de chacun, et vous guider dans vos difficultés.



# Le parcours obésité avec orientation chirurgicale

Ce parcours de soins concerne les patients dont l'obésité est sévère, compliquée ou réfractaire aux prises en charge conventionnelles. L'indication d'un tel parcours est posée par les médecins nutritionnistes avec l'ensemble de l'expertise de leur équipe, sur demande du patient ou de son médecin.

Le parcours débute par une consultation avec un médecin nutritionniste et une diététicienne.

## LA PRÉPARATION NUTRITIONNELLE ET PSYCHO-COMPORTEMENTALE

Une chirurgie de l'obésité se prépare de la même façon que la prise en charge classique de l'obésité en travaillant sur les trois axes suivant : l'alimentation, l'activité physique et sportive et l'approche psycho-comportementale. Il est en effet impératif de prendre en charge les troubles du comportement alimentaire, dont la présence s'associe à l'échec de la chirurgie.

La préparation nutritionnelle et psycho-comportementale à la chirurgie est d'au minimum 6 mois. Elle débute à compter de la 1<sup>re</sup> consultation médicale et/ou diététique dans l'unité de Nutrition (en consultation ou hospitalisation). Elle est réalisée par notre équipe pluridisciplinaire (médecin nutritionniste, diététicien, psychiatre ou psychologue, chirurgien, anesthésiste, etc.) qui va vous informer et vous examiner. La durée réelle de la préparation à la chirurgie dépend de vos capacités à modifier votre mode de vie, notamment via le fractionnement alimentaire et la pratique d'une activité physique, par exemple dans le cadre d'un programme de réentraînement à l'effort. Dans les faits, cette préparation peut se prolonger au-delà d'1 an.

Il est nécessaire d'avoir posé les bonnes questions avant l'acte chirurgical qui est irréversible, et préparé la modification de l'image de soi qui va s'en suivre. Bien préparée, la chirurgie de l'obésité s'avère efficace pour perdre du poids et améliorer des complications comme le diabète de type 2, l'hypertension artérielle ou le syndrome d'apnées du sommeil.

Rappelons à cet égard la définition de la santé selon l'Organisation Mondiale de la Santé : "La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité".

La démarche de chirurgie de l'obésité demande un engagement du patient dans une prise en charge globale et un suivi médical régulier. Elle doit être mûrement réfléchie et ne peut pas être précipitée. Elle est un maillon dans une chaîne et ne dispense en aucun cas de la prise en charge nutritionnelle et du travail psycho-comportemental. Son succès à long terme en dépend.

Cette préparation associe une alimentation fractionnée, adaptée aux contraintes de chacun, et une activité physique adaptée et encadrée. Lorsque la préparation est satisfaisante (en général après 6 à 12 mois mais parfois plus), nous pratiquons le bilan pré-chirurgical comprenant plusieurs examens complémentaires indispensables. Des séances collectives animées par

l'équipe chirurgicale du CHU permettent aux patients de recevoir une information détaillée sur les différentes procédures chirurgicales, leurs indications, bénéfices et risques.

Le dossier des patients prêts est alors discuté lors d'une réunion pluridisciplinaire associant les médecins nutritionnistes de l'unité, les chirurgiens (CHU et clinique La Sagesse), les diététiciennes, infirmières, et psychologue de l'unité.

### **UN SUIVI POST-OPÉRATOIRE RÉGULIER**

Une fois la chirurgie programmée, nous organisons un suivi post-opératoire régulier : à 3 semaines, 3 mois, 6 mois, puis tous les 3 à 6 mois ensuite. À partir de 2 ans après la chirurgie, le suivi peut être espacé à une fois par an, lors de journées en groupe de patients opérés avec un repas thérapeutique pris au restaurant du CHU avec la diététicienne, ou de consultations médicales.

Le but de ce suivi rapproché est de prévenir les complications post-opératoires précoces, tardives, les déficits/carences nutritionnels mais aussi de veiller à maintenir la motivation et à rendre durable la perte de poids en évitant la reprise du poids perdu.



## LA PRISE EN CHARGE DE L'OBÉSITÉ AU CHU DE RENNES

Pôle abdomen et métabolisme  
Service d'endocrinologie, diabétologie et nutrition



### Unité de nutrition (hôpital Pontchaillou)

Secrétariat des Dr Émilie Lascouts, Dr Élise Barbottin et Pr Ronan Thibault  
Tél. 02 99 28 96 46



### Unité d'endocrinologie-diabétologie (hôpital Sud)

Tél standard CHU Rennes : 02 99 28 43 21 puis demander l'unité Trémolières



### Réseau Diabète Obésité 35

2 rue du Bignon • Bâtiment 3 • 35000 Rennes  
Tél. 02 23 35 49 81 • email : [reseaudiabete35@orange.fr](mailto:reseaudiabete35@orange.fr)  
<http://www.reseaudiabete35.com/>

