

Éducation en santé respiratoire



RQESR

RÉSEAU QUÉBÉCOIS D'ÉDUCATION
EN SANTÉ RESPIRATOIRE

La référence des professionnels

www.rqesr.ca

Déclaration de conflit d'intérêt



Le RQESR est un organisme à but non lucratif et reçoit le soutien financier de des partenaires de l'industrie privée suivants :

- AstraZeneca
- Boehringer-Ingelheim
- GlaxoSmithKline
- Novartis

Présentation du module



Ce module complète l'autoformation en asthme.

**À la fin de ce module, les participants
seront en mesure de réaliser des
interventions efficaces d'éducation à visée
d'autogestion aux personnes atteintes de
maladies respiratoires.**

Objectifs du module



- Réaliser une collecte de données
- Démontrer comment utiliser l'agenda des symptômes et la fiche débitmètre de pointe (DEP) à l'utilisateur
- Interpréter l'agenda des symptômes et la fiche DEP remplis par l'utilisateur
- Expliquer le plan d'action à l'utilisateur
- Rédiger un compte-rendu adéquat de la session d'éducation
- Évaluer la technique d'inhalation de l'utilisateur et faire la démonstration des techniques d'inhalation adéquates à l'utilisateur
- Réaliser une intervention éducative efficace auprès d'une cliente fictive

Plan

- 1. Retour sur les concepts théoriques du module préparatoire**
- 2. Concepts théoriques sur l'éducation**
- 3. Les outils des éducateurs**
- 4. Exercices**
- 5. Techniques d'inhalation : pratique**
- 6. Rappel de notions sur la rencontre éducative**
- 7. La démarche éducative en pratique**

Retour sur les concepts théoriques préalablement étudiés

La démarche éducative : planifier

L'éducateur planifie en préparant la session d'éducation et en identifiant les :

- Comportements prioritaires
- Facteurs influençant chaque comportement
- Besoins d'apprentissage
- Priorités d'intervention

La planification d'une intervention se fait en collaboration avec l'utilisateur et les autres professionnels de la santé.

La démarche éducative : planifier

Identifier les comportements santé à cibler en asthme :

- Observance de la médication;
- Utilisation adéquate des dispositifs;
- Application du plan d'action;
- Assainissement de l'environnement;
- Perte de l'habitude tabagique;
- Pratique régulière d'exercices;
- Communication efficace avec le médecin et entourage;
- Adoption de saines habitudes de vie.
- Gestion de l'anxiété et du stress.
- Contrôle de la respiration(spécifique la mpoc).

GINA (2015) GOLD 2016

La démarche éducative : planifier

L'éducateur doit établir avec le patient les priorités d'interventions en s'assurant :

- De la **sécurité** de la personne;
- Des préoccupations de la personne;
- D'évaluer la gravité et la maîtrise actuelle de la maladie;
- De cibler les chances de changements basées sur :
 - la motivation de la personne (attitudes et valeurs)
 - ses connaissances et croyances
 - sa capacité à changer
 - ses sources de valorisation et de soutien.

Concepts théoriques

- a) Éducation
- b) Autogestion
- c) Éducation à visée d'autogestion
- d) Interdisciplinarité
- e) Les habiletés éducatives
- f) Les méthodes éducatives

L'éducation

Exercices: réfléchir à notre fonction éducative

But :

**Susciter une réflexion sur les concepts suivants:
informer, enseigner et éduquer (15 min. en 2 étapes)**

- **1- Individuellement (5 min.) :**
 - Répondre aux questionnaire
- **2- En groupe, échanger sur les réponses et la compréhension de chacun (10 min.)**

Réfléchir sur votre fonction éducative

Selon vous, dans votre pratique, informez-vous l'utilisateur ? Lui enseignez-vous ? Ou l'éduquez-vous ? Expliquez votre réponse en vous référant à votre propre expérience ou à la signification que vous donnez à chacun de ces termes.

Informez :

Enseigner :

Éduquer :

Expliquez dans vos mots quand et comment vous apprenez le mieux.

Qu'est-ce que l'éducation?

Informier :

Communiquer un renseignement à quelqu'un, le mettre au courant.

Enseigner :

Communiquer un ensemble organisé d'objectifs, de savoirs, d'habiletés et/ou de moyens afin de favoriser l'apprentissage.

Legendre R. Dictionnaire actuel de l'éducation (3e éd.). Montréal: Guérin, 2005.

Qu'est-ce que l'éducation?

Éduquer :

Assister un être humain dans l'acquisition de savoirs et le développement d'habiletés en vue d'une maturation optimale, autonome et harmonieuse de l'ensemble de sa personnalité.



Legendre R. Dictionnaire actuel de l'éducation (3e éd.). Montréal: Guérin, 2005.

Réfléchir sur votre fonction éducative

Selon vous, dans votre pratique, informez-vous l'utilisateur ? Lui enseignez-vous ? Ou l'éduquez-vous ? Expliquez votre réponse en vous référant à votre propre expérience ou à la signification que vous donnez à chacun de ces termes.

Informez :

Enseigner :

Éduquer :

Expliquez dans vos mots quand et comment vous apprenez le mieux.

Types d'apprentissage

➤ **Cognitif :**

Acquisition de connaissances et développement du processus intellectuel en vue de résoudre les problèmes (que sait-il?). Comme nous visons l'autogestion de la maladie par la personne/famille, les méthodes utilisées doivent permettre à la personne s'acquérir des connaissances et de les appliquer pour résoudre ses problèmes.

➤ **Affectif :**

Changement d'attitude à l'égard d'un comportement de santé (que veut-il, que croit-il?). Pour favoriser le changement d'attitude de la personne/famille envers les comportements de santé, l'attitude de l'intervenant et la relation qui se développe entre lui et la personne/famille sont de première importance.

➤ **Psychomoteur :**

Acquisition de gestes et de techniques (est-il capable de?). Ces gestes et techniques s'acquièrent surtout par la démonstration et la pratique.

Éducation

L'éducation concerne TOUS les professionnels de la santé.

Qu'elle soit donnée dans le cadre de rencontres formelles ou informelles, l'éducation est une partie intégrante de toutes les rencontres.



L'autogestion

Autogestion

« Philosophie de soins et d'intervention où la personne est responsable de gérer sa maladie et sa santé

[...]

L'autogestion consiste à appliquer des stratégies éducatives... et intervenir en permettant le développement et l'application de nouvelles compétences et aptitudes ainsi que de nouveaux comportements (McGowan, 2007)

[...]

Implique que l'interaction entre le usager et le professionnel évolue vers un partenariat, une collaboration »

Extraits du Cadre de référence pour la prévention et la gestion des maladies chroniques physiques en première ligne, MSSS, 2012.

L'éducation à visée d'autogestion

Éducation à visée d'autogestion

Permet à l'usager de :

- Développer des aptitudes à résoudre les problèmes
- Établir un partenariat avec les professionnels de la santé
- Établir des objectifs de traitement communs
- Élaborer un plan d'action personnalisé (incluant un volet d'auto-surveillance)
- Revoir le traitement et son efficacité

Hodder, 2007, revue des pharmaciens du Canada (CPJ/RCP) novembre/décembre

Efficacité de l'éducation à visée d'autogestion

Pour être efficace, l'éducation à visée d'autogestion doit :

- Tenir compte des **principes d'apprentissages chez l'adulte**
- Tenir compte des besoins et de la réalité de l'utilisateur;
- Communiquer à l'utilisateur des informations qui lui sont compréhensibles.

Principes d'apprentissage chez l'adulte

Avoir du sens pour la personne :

- Être basé sur sa situation, ses problèmes immédiats.

Partir de son expérience :

- C'est ce qui est le plus important.

Viser l'autonomie en utilisant des méthodes éducatives appropriées :

- Demande la participation active de la personne/famille.

Demander de l'effort :

- Dépend d'une décision volontaire de la personne i.e. doit être motivée et intéressée.

Reposer sur un climat propice et agréable :

- Favorise l'écoute et la motivation à agir.

Être relié au développement global de la personne :

- Centré sur les besoins et les intérêts personnels, la famille devrait être impliquée.



Interdisciplinarité

Réfléchir sur le concept d'interdisciplinarité et à son rôle comme professionnel

**Discussion en groupe sur
l'interdisciplinarité, les qualités des
membres de l'équipe
interdisciplinaire autour de trois
histoires de cas (10 minutes)**

Réfléchir sur le concept d'interdisciplinarité et à son rôle comme professionnel

Quelle est, selon vous, la différence entre l'unidisciplinarité, la multidisciplinarité et l'interdisciplinarité?

- Unidisciplinarité :
- **Multidisciplinarité :**
- **Interdisciplinarité :**

Dans une équipe interdisciplinaire:

- **quelle serait ton rôle?**
- **quelles qualités apprécierais-tu que les membres de ton équipe possèdent?**

Le travail interdisciplinaire : la force d'une équipe

Homme de 60 ans référé par médecin de famille pour asthme mal contrôlé

Au premier appel:

Problèmes respiratoires présents depuis plusieurs années

Activités limitées

Obésité

Fumeur depuis 40 ans (veut arrêter)

Prescription:

- Symbicort 5-200 2 inhQID

- Atrovent 200 4 inh. QID

- Salbutamol 4 inh QID

- Spiriva respimat 2 inh. die

M. se retient de monter à la salle de bain car trop essoufflé

Essoufflé à parler au téléphone

Dernier TFR 2018, VEMS 69%

Symptômes respiratoires empirent malgré médication maximisée

Dort assis dans son fauteuil depuis un an

Interventions :

- Évaluation des symptômes

- CRMm ET CAT

- Vérification de la sécurité

- Compte-rendu au médecin pour:

 - Clarifier le diagnostic: asthme , ACO, MPOC

 - refaire TFR

 - référence en pneumologie

 - référence à un éducateur de son GM

 - référence au centre d'abandon du tabac

 - référence en nutrition (surpoids)

- Appel au GMF pour discussion de cas avec infirmier en mpoc

Je fais quoi?

Le travail interdisciplinaire : la force d'une équipe

Femme de 76 ans référée par médecin de famille srv pour MPOC

Au premier appel:

Essoufflement

Obésité

TFR récent Mme n'a pas de résultat

Pas de md de famille, voit md sans rv

Prescription:

- Spiriva handihaler die
- Advair 125 diskus 2 inh. BID
- Ventolin diskus prn (le prend BID)

Aucune amélioration de l'essoufflement malgré prise fidèle et correcte des pompes

Je fais quoi?

Interventions

- Vérification de la sécurité
- Discussion avec ASI:
- Demande de résultats du dernier TFR: ne démontre pas de MPOC

Qu'est-ce qui cause l'essoufflement? Problèmes cardiaques? dX à clarifier

Discussion avec infirmière en cardio qui analyse avec moi les labos, écho cardiaque passé il y a quelques années.

Conclusion: Essoufflement pourrait être causé par problèmes cardiaques

Mme a déjà été vue en cardiologie : appel fait au cardiologue

Accepte de voir Mme en télé rendez-vous. Écho cardiaque planifiée.

Compte-rendu au médecin srv pour:

- Clarifier Dx

Réponse du md:

- Causes de l'essoufflement: obésité? Insuffisance cardiaque? Anémie ?
- Mme a eu un saignement très important sur une jambe
- Évaluation en médecine interne demandée

Le travail interdisciplinaire : la force d'une équipe

Fille de 9 ans référée pour asthme par médecin de famille suite à hospitalisation récente

Premier appel:

Parlons à maman, inf. auxiliaire qui dit bien connaître l'asthme
Accepte finalement qu'on discute quelques minutes

Une seule « crise d'asthme » il y a 4 ans
Novembre: congestion nasale, légère toux et mauvaise nuit
Le lendemain sifflements audibles, dyspnée importante
Transport à l'urgence

Prescription au congé du CH:

- Flovent 125 2 inh AM et Ventolin prn x 2 semaines
- Diminuer Flovent à 1 inh. AM et Ventolin prn pour 2 semaines
- Puis cesser Flovent et poursuivre Ventolin prn

Aucune médication actuellement

Je fais quoi?

Le travail interdisciplinaire : la force d'une équipe

Fille de 9 ans référée pour asthme par médecin de famille suite à hospitalisation récente

Interventions:

- Maintenir lien de confiance avec maman
- Discussion entamée sur les critères de maîtrise et détérioration: maman peine à les décrire

Maman mentionne que :

- Situation familiale difficile
- Md a fait demande de test d'allergie: chat et lapin à la maison

Maman accepte suivi aux saisons

Compte-rendu au md expliquant résistance de maman et pour :

- Confirmer prescription de base
- Demander plan d'action
- Confirmer demande de tests d'allergie

Réponse du md en moins de 24 hrs:

- Note des discordances entre le dernier rv et les dires de maman et m'envoie ses notes du dernier rv
- Prescription: alvesco 200 2 inh die ad 7 jours après la résolution de la toux et diminuer à 1 inh. Die et poursuivre de façon régulière
- Référence pour TFR (médecin veut données objectives car moins confiante dans les dires de la mère)
- Confirme référence en allergologie
- Plan d'action complété

Le travail interdisciplinaire repose sur :

- **La connaissance et le respect de la spécialité du champ de pratique des autres professionnels;**
- **La compétence** : Qualité de la pratique (données probantes).
- **La communication**: La bonne information à la bonne personne au bon moment et de la bonne façon.
- **L'expertise** : d'équipe plutôt qu'une équipe d'experts.

**** L'importance du climat appartient à tous ****

<http://actualisation.com/fr/reussir-en-equipe>

Les habiletés éducatives

Réfléchir sur les habiletés éducatives

Échange en groupe

**Pour moi, un professionnel de la santé aidera davantage la clientèle souffrant d'asthme ou de MPOC à gérer sa maladie s'il possède les habiletés éducatives suivantes...
Nommez-les.**

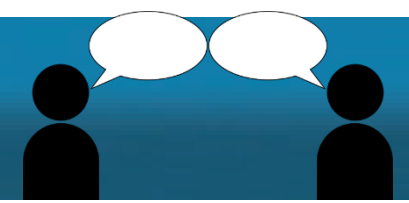
Réfléchir sur les habiletés éducatives



Les méthodes éducatives

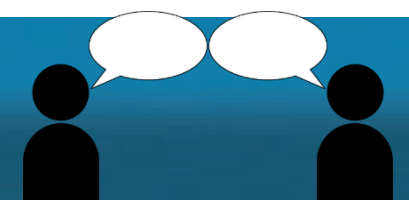
Viser l'autonomie en utilisant des **méthodes éducatives appropriées** demande la participation active de la personne/famille.

Les méthodes éducatives



Méthode éducative	Description
Réponse aux questions prioritaires	Pour que l'utilisateur se sente écouté et qu'il sache que l'éducateur est là pour lui. Gagner sa confiance.
Discussion	Favoriser l'alternance de questions et de réponses de part et d'autres
Exposé interactif	Relier l'information transmise à ce que la personne connaît et fait Donner des exemples, faire des analogies
Utilisation d'un support visuel	Planchette, dépliant, affiche

Les méthodes éducatives

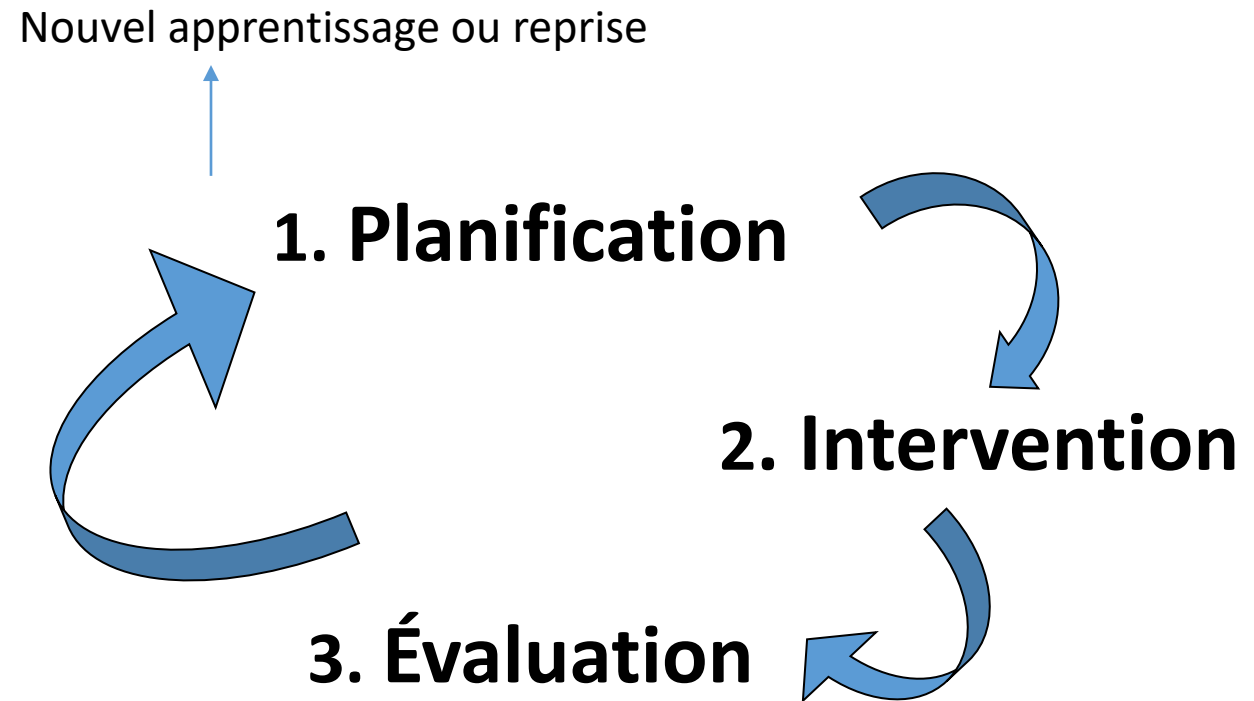


Méthode éducative	Description
Mise en situation/jeux de rôles	Cibler une situation problématique et la recréer avec l'utilisateur. Exemple: une prochaine rencontre chez le médecin, l'éducateur personnifie le médecin. Permet à l'utilisateur de se préparer à sa rencontre
Démonstration et pratique	Exécution des techniques : faire réellement les démonstrations, demander de le démontrer devant nous, rétroagir (féliciter et corriger)
Outils papiers à remettre	Expliquer l'utilité Vérifier l'intérêt, la motivation et la capacité à les compléter Pratiquer
Contrat d'apprentissage (verbal ou écrit)	Demander à la personne ce qu'elle <u>peut</u> faire ou ce qu'elle <u>veut</u> faire Négocier une activité pour une période déterminée Utiliser une échelle de 1 à 10 pour connaître la motivation et la confiance de l'utilisateur

La démarche éducative

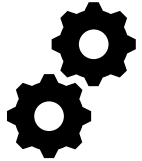
Démarche éducative complète

- **Planifier** les interventions
- **Intervenir** en fonction des besoins , attentes, motivation
- **Évaluer** l'efficacité et la pertinence de l'intervention
- Assurer le **suivi**



Démarche éducative: Planifier une intervention

Identifier :



- La gravité des symptômes
- Le niveau de maîtrise de l'asthme
- Les comportements de santé à cibler
- **Les facteurs influençant chaque comportement**
- Les priorités d'intervention

Démarche éducative: Planifier une intervention

Quels sont les facteurs influençant l'adoption ou non de comportements?

Qu'est-ce qui peut **aider ou ébranler** la motivation de changer le comportement?

- *Connaissances, Croyances, Attitudes, Valeurs, Attentes, motivation*

Qu'est qui peut **faciliter ou non** la réalisation de la motivation; souvent des conditions du milieu?

- *Ressources personnelles, Ressources environnementales*

Qu'est-ce qui détermine une rétroaction **positive ou négative** et du soutien social ou non pour l'usager?

- *Récompense (meilleure contrôle, diminution des visites à l'urgence, estime de soi)*
- *Soutien (familles, pairs, professionnels de la santé, groupes de soutien)*

Démarche éducative: Intervenir et évaluer



Intervenir :

- Utiliser des habiletés, méthodes, stratégies qui respectent les principes d'apprentissage chez l'adulte
- Établir une relation aidante
- Choisir les interventions pertinentes pour faire progresser la personne selon les stades d'adaptation de la maladie



Évaluer :

- l'atteinte des objectifs d'apprentissage à tout moment pendant l'entrevue

Démarche éducative: Assurer le suivi

- Revoir les objectifs établis avec le patient
- Répondre aux questions
- Évaluer :
 - le progrès
 - Les changements effectués (environnement, attitude)
 - La fréquence des visites à l'urgence, chez le médecin ou les hospitalisations
 - La prise de médication : technique, observance, effets secondaires
 - L'application du plan d'action

Les outils des éducateurs

- Collecte de données
- Guide
- Agenda des symptômes
- Fiche de DEP
- Compte-rendu
- Plan d'action
- Etc

MESSAGES CLÉS:	Prenez vos médicaments tel que prescrits, si 1 seul X:		Ajustez votre médication selon le plan, si 1 seul X:		Consultez rapidement (médecin ou urgence), si 1 seul X:	
Symptômes le jour	● Max 3 fois/semaine	● 4 fois/semaine et +	● Fréquents tous les jours			
Symptômes la nuit	● Aucun	● 1 nuit/semaine et +	● Plusieurs nuits			
Utilisation du traitement de secours	● Max 3 fois/semaine	● 4 fois/semaine et +	● À chaque 3-4 heures			
Activités physiques	● Normales	● Limitées	● Très limitées			
Débits de pointe	● 90 à 100% Votre valeur: _____	● 60 à 90% _____ à _____	● Moins de 60% _____ à _____			

Outils éducatifs

- Démonstrateurs placebos
- Planchette
- Affiches
- Dépliants, planchette, aides audio-visuelles
- Modèles de bronches
- Etc



Exercices

- **La collecte de données**
- **Le guide**
- **L'agenda des symptômes**
- **La fiche de DEP**
- **Le plan d'action**
- **Le compte-rendu**

La collecte de données

Cette analyse est une étape essentielle qui permet de :

- Faire la **planification de l'intervention** :
 - Évaluer rapidement la **sécurité** de l'utilisateur
 - Établir les **priorités d'intervention** en fonction des **attentes, préoccupations, connaissances, croyances et résistances de la personne**
- Peut être complétée lors de plusieurs entrevues, c'est un outil en mouvement
- Se rappeler qu'une réponse à une question mène souvent à une autre question qui doit être tout aussi pertinente afin de bien orienter nos interventions

La collecte de données



COLLECTE DE DONNÉES VOLET RESPIRATOIRE ASTHME

NOM : _____ DOSSIER : _____

DDN : _____

ADRESSE : _____

TÉLÉPHONE : _____

COURRIEL : _____

Ressources	Nom	No de téléphone
Référé(e) par		
Médecin traitant		
Pneumologue		
Pharmacie		
Autre(s) intervenant(s) :		

INFORMATIONS GÉNÉRALES

Âge _____ Poids _____ kg Taille _____ cm IMC _____ Année du diagnostic _____

Spirométrie disponible? _____ VEMS (pré) _____ % VEMS/CVF (pré) _____ VEMS/CVF (post) _____

Entrevue initiale en présence de : Usager ☐ Père ☐ Mère ☐ Conjoint ☐ autres : _____

1. POUR MIEUX VOUS CONNAITRE

Principale(s) préoccupation(s) de l'utilisateur :

Connaissances sur l'asthme :

Que sait-il?
Que veut-il?
Que croît-il?

Exercices d'utilisation des outils : la collecte de données

But: Apprendre à récolter efficacement les informations nécessaires

L'exercice est divisé en deux parties :

- THÈMES GÉNÉRAUX COMMUNS AUX DEUX DIAGNOSTICS (asthme ou MPOC)
- PARTICULARITÉS SELON LE DIAGNOSTIC (ici asthme)

Exercices d'utilisation des outils : la collecte de données

Tableau A : Thèmes généraux

1. Quelques thèmes avec conférencier pour vous pratiquer
2. Les autres en sous-groupes de 3
3. Retour en groupe pour discuter des réponses

Thème	Questions proposées	Questions alternatives, si nécessaire
1- Accueil de l'utilisateur, ses préoccupations	<ul style="list-style-type: none">• Vous venez pour apprendre davantage sur votre maladie ?	
2- Diagnostic et histoire antérieure	<ul style="list-style-type: none">• Depuis combien de mois ou d'années présentez-vous des symptômes ?• Y a-t-il des membres de votre famille qui sont atteints de la même maladie ?	

Exercices d'utilisation des outils : la collecte de données

Aide-mémoire des verbes-clés

- **Parlez-moi de...**
- **Racontez-moi...**
- **Montrez-moi...**
- **Décrivez-moi...**
- **Que pensez-vous de ...**

Exercices d'utilisation des outils : la collecte de données

Tableau B : Thèmes spécifiques

Thèmes spécifiques à l'asthme
Gravité de l'asthme
Niveau de maîtrise actuel (sécurité de l'utilisateur)
Facteurs déclenchants
Environnement

Exercices des outils permettant d'intervenir et d'évaluer



Intervenir :

- Utiliser des habiletés, méthodes, stratégies qui respectent les principes d'apprentissage chez l'adulte
- Établir une relation aidante
- Choisir les interventions pertinentes pour faire progresser la personne selon les stades d'adaptation de la maladie



Évaluer :

- l'atteinte des objectifs d'apprentissage à tout moment pendant l'entrevue

Présentation du guide

Thèmes à aborder lors d'une rencontre de suivi éducatif à visée d'autogestion	Pour chaque colonne, inscrire la date d'évaluation ainsi que le degré d'évolution (D=débuté ; P = À poursuivre ; I = Intégré)		
	Date	Date	Date
<input type="checkbox"/> Anatomie et fonctionnement normal du poulmon			
PHYSIOPATHOLOGIE			
<input type="checkbox"/> Composantes de l'asthme			
<input type="checkbox"/> Importance de l'inflammation			
<input type="checkbox"/> Remodelage			
<input type="checkbox"/> Chevauchement asthme /mpoc			
<input type="checkbox"/> Comorbidités (reflux, rhinite etc)			
SYMPTÔMES			
<input type="checkbox"/> Identification des symptômes (Toux, sillement, essoufflement, oppression thoracique, fatigue...)			
<input type="checkbox"/> Ordre d'apparition des symptômes			
<input type="checkbox"/> Critères de maîtrise et de détérioration			
FACTEURS DÉCLENCANTS			
Facteurs inflammatoires et irritants de son environnement			
<input type="checkbox"/> Mesures générales de chambre à coucher (si indiqué)			
<input type="checkbox"/> Humidité 30% à 40%			
<input type="checkbox"/> Recouvrir matelas et oreillers, sommier d'une housse anti-acariens			
<input type="checkbox"/> Enlever tapis			
<input type="checkbox"/> Enlever oreillers de plumes			
<input type="checkbox"/> Enlever couvertures de laine			
<input type="checkbox"/> Laver les draps à l'eau chaude			
<input type="checkbox"/> Mesures pour les pollens			
<input type="checkbox"/> Mesures pour les moisissures			
<input type="checkbox"/> Évitement/ retrait des animaux			
<input type="checkbox"/> Médication préventive avant exercice et air froid			
<input type="checkbox"/> Évitement du tabagisme (actif ou passif)			
<input type="checkbox"/> Entretien des dispositifs d'inhalation ou chambre d'espacement appareils			
<input type="checkbox"/> Sulfites, MSG, AINS			
<input type="checkbox"/> Smog/poêle à bois/irritants			
MÉDICATION (nom, posologie, mode d'administration, rôle, effets secondaires)			
<input type="checkbox"/> Antiinflammatoire (traitement de base)			
<input type="checkbox"/> Bronchodilatatrice (traitement de secours)			
<input type="checkbox"/> Autres médicaments (antihistaminiques, antibiotique, cortisone, etc.)			
TECHNIQUES D'INHALATION			
<input type="checkbox"/> Démonstration et pratique des techniques			
<input type="checkbox"/> Entretien des dispositifs et de la chambre d'espacement			
MAÎTRISE ET PLAN D'ACTION			
<input type="checkbox"/> Critères de maîtrise et de détérioration			
<input type="checkbox"/> Test de 30 secondes			
<input type="checkbox"/> Calendrier des symptômes			
<input type="checkbox"/> Fiche de DEP			
<input type="checkbox"/> Obtention d'un plan d'action			
<input type="checkbox"/> Compréhension et application du plan d'action			
<input type="checkbox"/> Communication avec le médecin et les professionnels de la santé			
TABAGISME			
<input type="checkbox"/> Expérience du patient avec le tabac			
<input type="checkbox"/> Importance de l'arrêt tabagique			
<input type="checkbox"/> Évitement de la fumée secondaire			
<input type="checkbox"/> Compréhension et utilisation des aides pharmacologiques pour cesser de fumer			
<input type="checkbox"/> Soutien à l'abandon tabagique et référence aux ressources appropriées			

Adapté du guide développé par VERS SA Santé du CISSSO. Cet outil a été approuvé par le Comité scientifique du RQESR le 19 février 2019.

VACCINATION			
<input type="checkbox"/> Contre la grippe			
<input type="checkbox"/> Contre la pneumonie			
GESTION DE L'ANXIÉTÉ ET DU STRESS			
<input type="checkbox"/> Identification des facteurs de stress			
<input type="checkbox"/> Stratégies pour gérer l'anxiété et le stress (Communication affirmative, recherche d'aide, attitude positive, etc.)			
<input type="checkbox"/> Techniques de relaxation (Respiration profonde (diaphragmatique), visualisation et pensée positive)			
HABITUDES DE VIE			
Alimentation saine			
<input type="checkbox"/> Stratégies pour une alimentation saine			
<input type="checkbox"/> Référence en nutrition au besoin			
Activité physique			
<input type="checkbox"/> Importance et promotion de l'activité physique			
<input type="checkbox"/> Facteurs favorisant la pratique d'exercices			
Sommeil			
<input type="checkbox"/> Habitudes actuelles de sommeil			
<input type="checkbox"/> Stratégies pour bien dormir			
Sexualité			
<input type="checkbox"/> Vie sexuelle satisfaisante			
Loisirs et voyages			
<input type="checkbox"/> Identification des activités de loisirs à poursuivre ou à entreprendre			
<input type="checkbox"/> Préparation pour un voyage			
ASTHME À L'ÉCOLE			
<input type="checkbox"/> Le rôle du professeur, du SDG, et du prof d'éducation physique de l'école			
<input type="checkbox"/> Le rôle du parent et de son enfant			
<input type="checkbox"/> L'asthme et l'éducation physique			
<input type="checkbox"/> Les déclencheurs d'asthme à l'école			
<input type="checkbox"/> Importance de la reconnaissance des symptômes			
<input type="checkbox"/> L'utilisation du BDCA (quand et comment l'utiliser et qui le donne)			
<input type="checkbox"/> Besoin du BDCA versus maîtrise			
<input type="checkbox"/> Symptômes persistants malgré le BDCA			
<input type="checkbox"/> Les consignes de consultation urgente (protocole de l'école)			
<input type="checkbox"/> Importance pour l'élève de garder le BDCA à sa portée			
<input type="checkbox"/> Importance pour l'élève de garder le BDCA à sa portée			
<input type="checkbox"/> L'absentéisme lié à l'asthme			

L'agenda des symptômes en asthme

Cet outil décrit **l'engagement de l'utilisateur envers l'intervention** et dresse le portrait de la situation. Il est une partie du lien entre les usagers et professionnels.

Il peut expliquer beaucoup de choses à l'éducateur pour évaluer si :

- l'utilisateur comprend les objectifs et les bénéfices de l'outil
- Il reconnaît ses symptômes; Les détériorations
- Il utilise ses médicaments de façon appropriée
- Il est capable de faire des liens entre ses symptômes et certains événements de vie (rhume, contacts allergènes etc.)

L'agenda des symptômes en asthme

Buts :

- vérifier la **stabilité** de l'asthme;
- évaluer **l'efficacité du traitement**;
- identifier les **facteurs déclenchant** l'inflammation et les symptômes;
- identifier **l'intensité et la fréquence des symptômes**;
- faciliter la discussion avec le médecin pour le traitement de base et lors des exacerbations.

Tiré des notes de cours *L'asthme et son traitement*, avril 2000, p. 133.

L'agenda des symptômes en asthme

Indication chez la personne:

- en mauvaise maîtrise de son asthme
- ayant de la difficulté à croire en l'efficacité des médicaments;
- ayant consulté à l'urgence ou ayant été hospitalisée dernièrement;
- avec diagnostic récent d'asthme;
- sous-estimant ses symptômes ou ayant de la difficulté à les reconnaître;
- parent d'enfant asthmatique (DEP > 6ans).

Tiré des notes de cours *L'asthme et son traitement*, avril 2000, p.133.

L'agenda des symptômes en asthme

Composantes :

- Date du début d'utilisation;
- Médicaments prescrits et registre d'utilisation;
- Surveillance des symptômes (échelle 0 à 3):
 - toux
 - respiration sifflante
 - essoufflement
 - oppression thoracique
 - sommeil troublé
 - Autre symptôme observé
 - registre des résultats de débitmètre de pointe
 - Notes supplémentaires de l'utilisateur (exposition à un facteur déclenchant précis)

L'agenda des symptômes en asthme

Nom : _____
Mois : _____

Calendrier des symptômes de l'asthme

Mon quiz sur l'asthme

Chaque soir, je mets un crochet devant les symptômes qui m'ont affecté **AUJOURD'HUI**.

AUJOURD'HUI, est-ce que j'ai toussé, eu une respiration sifflante ou de la difficulté à respirer...	EX	Jours du mois																														
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1) Pendant la journée																																
2) Assez pour me réveiller la nuit	✓																															
3) Assez pour utiliser ma pompe BLEUE (inscrire le nombre de fois par jour)	✓✓																															
4) Assez pour limiter mes activités physiques ou sportives	✓																															
5) Assez pour m'absenter de l'école, de mes activités habituelles ou du travail																																
6) Assez pour visiter un docteur à l'urgence ou dans une clinique sans rendez-vous																																
Nombre de crochets :	4																															

Aujourd'hui, mon asthme est :

Le nombre de crochets sur *Mon quiz sur l'asthme* représente mon niveau de contrôle de l'asthme.

	EX	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
☺ SOUS CONTRÔLE : 0 ou 1 crochet par jour																																
⚠ MAL CONTRÔLÉ : 2 crochets ou plus par jour en tout temps ou 1 crochet ou plus par jour 4 jours ou plus au cours d'une période de 7 jours	✓																															
☹ HORS DE CONTRÔLE : Ma pompe bleue ne me soulage pas pendant au moins 4 h																																

Mes médicaments contre l'asthme *

J'inscris le nombre total de bouffées (puffs)/comprimés, des médicaments pris **AUJOURD'HUI**.

*Détails au verso	EX	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Médicament de contrôle: (Pour réduire l'inflammation)	2																															
Médicament de secours: (Pour ouvrir les bronches)	0																															
Autre médicament: (Antibiotiques, stéroïdes nasaux et oraux)																																
Autre médicament:																																

Autres symptômes/éléments déclencheurs

Je note ces informations et je mets un crochet si elles s'appliquent à moi **AUJOURD'HUI**.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
➤ _____ (ex.: nez qui coule, contact avec allergènes)																															
➤ _____																															

Exercices d'utilisation des outils : l'agenda des symptômes

But: Apprendre à analyser un agenda des symptômes en deux temps:

- **Faire les CONSTATS pour chaque section:**
 - Qu'est-ce que j'observe?
- **Faire l'ANALYSE en mettant en lien les constats:**
 - Qu'est-ce que j'en comprends?

Exercices d'utilisation des outils : agenda des symptômes

Durée de 30 minutes en 3 étapes:

1- Avec le conférencier (5 min.) :

- prenez connaissance de l'agenda des #1 ,
- faites les constats et procédez à l'analyse

2- En sous-groupes de 3 (15 min.)

- prenez connaissance de l'agenda des #2
- faites les constats et procédez à l'analyse

3- Retour en groupe pour discuter des réponses (10 min.)

Exercices d'utilisation des outils : agenda des symptômes

Nom : _____

Mois : _____

Calendrier des symptômes de l'asthme



RQAM
RÉSEAU QUÉBÉCOIS
DE L'ASTHME ET DE LA MPE
La référence des professionnels
en santé respiratoire

Mon quiz sur l'asthme

Chaque soir, je mets un crochet devant les symptômes qui m'ont affecté **AUJOURD'HUI**

AUJOURD'HUI, est-ce que j'ai toussé, eu une respiration sifflante ou de la difficulté à respirer...	EX	Jours du mois																																
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
1) Pendant la journée									✓	✓	✓																							
2) Assez pour me réveiller la nuit	✓									✓																								
3) Assez pour utiliser ma pompe BLEUE (inscrire le nombre de fois par jour)	✓✓								✓	✓	✓	✓																						
4) Assez pour limiter mes activités physiques ou sportives	✓																																	
5) Assez pour m'absenter de l'école, de mes activités habituelles ou du travail																																		
6) Assez pour visiter un docteur à l'urgence ou dans une clinique sans rendez-vous																																		
Nombre de crochets :	4								2	3	2	1																						

Aujourd'hui, mon asthme est :

Le nombre de crochets sur *Mon quiz sur l'asthme* représente mon niveau de contrôle de l'asthme

	EX	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
😊 SOUS CONTRÔLE : 0 ou 1 crochet par jour		0	0	0	0	0	0	0				1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
☹ MAL CONTRÔLÉ : 2 crochets ou plus par jour en tout temps ou 1 crochet ou plus par jour 4 jours ou plus au cours d'une période de 7 jours	✓								2	3	2																						
☹ HORS DE CONTRÔLE = Ma pompe bleue ne me soulage pas pendant au moins 4 h																																	

Mes médicaments contre l'asthme *

J'inscris le nombre total de bouffées (puffs)/comprimés, des médicaments pris **AUJOURD'HUI**

*Détails au verso	EX	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	3	
Médicament de contrôle: <u>Alvesco</u> (Pour réduire l'inflammation)	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Médicament de secours: <u>Ventolin</u> (Pour ouvrir les bronches)	0								2	2	1	1																					
Autre médicament: (Antibiotiques, stéroïdes nasaux et oraux)																																	
Autre médicament:																																	

Autres symptômes/éléments déclencheurs

Je note ces informations et je mets un crochet si elles s'appliquent à moi **AUJOURD'HUI**

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
➤ <u>Rhume</u> (ex. : nez qui coule, contact avec allergènes)								✓	✓	✓	✓																					
➤ _____																																

Exercices d'utilisation des outils : agenda des symptômes

CONSTATS

Agenda complété pour 1 mois

4 sections complétées avec application

Quiz sur l'asthme :

- 1 épisode de détérioration dans un mois d'une durée de 4 jours
- Symptômes de détérioration le jour et une nuit
- Utilisation du Ventolin

Aujourd'hui mon asthme est :

- L'utilisateur note les jours de détérioration de l'asthme

Mes médicaments contre l'asthme :

- Prise du Ventolin dès les premiers symptômes les 2 premiers jours
- Diminution du Ventolin les 2 jours suivant

Autres symptômes/éléments déclencheurs :

- Détérioration en lien avec des symptômes de rhume

Exercices d'utilisation des outils : agenda des symptômes

ANALYSES

Est-ce un premier agenda d'une personne nouvellement diagnostiqué ? Que connaît-elle ? Est-ce un agenda d'une personne expérimentée ? Que connaît-on sur elle ?

Quiz sur l'asthme :

Le nombre de crochets inscrits dans la dernière ligne de la première section correspond aux nombres de crochets notés dans le quiz :

L'utilisateur a bien compris la façon de compléter l'agenda

Les symptômes de non maîtrise sont identifiés et l'utilisation du Ventolin aussi:

La personne connaît bien les symptômes d'asthme ?

La personne connaît SES symptômes et leur ordre d'apparition ?

Aujourd'hui mon asthme est :

L'information reflète ce que l'utilisateur a inscrit dans le quiz, on peut penser qu'il sait reconnaître les jours de détérioration de l'asthme.

Mes médicaments contre l'asthme :

Quel lien la personne fait-elle avec la médication ?

L'utilisateur semble comprendre qu'il doit augmenter le Ventolin lors de détériorations

Aucune augmentation des anti-inflammatoires :

L'utilisateur a-t-il un plan d'action ?

Autres symptômes/ éléments déclencheurs :

L'utilisateur réagit aux symptômes du rhume

Questions supplémentaires ?

Exercices d'utilisation des outils : agenda des symptômes

Durée de 30 minutes en 3 étapes:

1- Avec le conférencier (5 min.) :

- prenez connaissance de l'agenda des #1 ,
- faites les constats et procédez à l'analyse

2- En sous-groupes de 3 (15 min.)

- prenez connaissance de l'agenda des #2
- faites les constats et procédez à l'analyse

3- Retour en groupe pour discuter des réponses (10 min.)

Exercices d'utilisation des outils : agenda des symptômes

Mon quiz sur l'asthme

Chaque soir, je mets un crochet devant les symptômes qui m'ont affecté **AUJOURD'HUI**.

AUJOURD'HUI, est-ce que j'ai toussé, eu une respiration sifflante ou de la difficulté à respirer...	EX	Jours du mois																														
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1) Pendant la journée								✓	✓	✓	✓	✓	✓														✓	✓	✓			
2) Assez pour me réveiller la nuit	✓																															
3) Assez pour utiliser ma pompe BLEUE (inscrire le nombre de fois par jour)	✓✓							✓	W	W	W	W	✓	✓													✓	W	✓			
4) Assez pour limiter mes activités physiques ou sportives	✓																															
5) Assez pour m'absenter de l'école, de mes activités habituelles ou du travail																																
6) Assez pour visiter un docteur à l' urgence ou dans une clinique sans rendez-vous																																
Nombre de crochets :	4	0	0	0	0	0	0	2	4	5	5	4	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	3	2	0	0	0

Aujourd'hui, mon asthme est :

Le nombre de crochets sur *Mon quiz sur l'asthme* représente mon niveau de contrôle de l'asthme.

	EX	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
☺ SOUS CONTRÔLE : 0 ou 1 crochet par jour		✓	✓	✓	✓	✓	✓								✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓			✓	✓	✓	✓
☹ MAL CONTRÔLE : 2 crochets ou plus par jour en tout temps ou 1 crochet ou plus par jour 4 jours ou plus au cours d'une période de 7 jours	✓							✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓													✓	✓				
☹ HORS DE CONTRÔLE = Ma pompe bleue ne me soulage pas pendant au moins 4 h																																

Mes médicaments contre l'asthme *

J'inscris le nombre total de bouffées (puffs)/comprimés, des médicaments pris **AUJOURD'HUI**.

*Détails au verso	EX	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Médicament de contrôle: <u>FLOVENT</u> (Pour réduire l'inflammation)	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	4	4	4	4	4	4	4	4	4
Médicament de secours: <u>VENTOLIN</u> (Pour ouvrir les bronches)	0	0	0	0	0	0	1	2	2	2	2	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	1	0	0	0
Autre médicament: _____ (Antibiotiques, stéroïdes nasaux et oraux)																																
Autre médicament: _____																																

Autres symptômes/éléments déclencheurs

Je note ces informations et je mets un crochet si elles s'appliquent à moi **AUJOURD'HUI**.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
<u>TOUX, MAL DE GORGE</u>																																
➤ <u>CONGESTION NASALE</u> (ex.: nez qui coule, contact avec allergènes)						✓	✓	✓	✓	✓	✓																					
➤ <u>CONTACT FUMEURS + CHAT</u>																										✓	✓					

Exercices d'utilisation des outils : agenda des symptômes

CONSTATS

Agenda complété pour 1 mois
4 sections complétées avec application

Quiz sur l'asthme :

2 épisodes de détérioration dans un mois
Un de 7 jours et un de 3 jours
Symptômes de détérioration essentiellement le jour
Utilisation du ventolin

Aujourd'hui mon asthme est :

L'usager note les jours de détérioration de l'asthme

Mes médicaments contre l'asthme :

Prise du ventolin

Une dose le 7, 2 doses les 4 jours suivants, 1 doses les 12 et 13.

Augmentation du flovent

Doublé pour 2 jours les 8 et 9, quadruplé pour 13 jours puis doublé pour 8 jours

Autres symptômes/éléments déclencheurs :

Première détérioration en lien avec des symptômes de rhume

Deuxième détérioration en lien avec des contacts avec chats et fumeurs

Exercices d'utilisation des outils : agenda des symptômes

ANALYSES

Est-ce un premier agenda d'une personne nouvellement diagnostiqué ? Que connaît-elle ? Est-ce un agenda d'une personne expérimentée ? Que connaît-on sur elle ?

Quiz sur l'asthme :

Le nombre de crochets inscrits dans la dernière ligne de la première section ne correspond pas aux nombres de crochets notés dans le quiz :

L'utilisateur a-t-il bien compris la façon de compléter l'agenda ?

Les symptômes identifiés de non-maitrise sont essentiellement des symptômes le jour et l'utilisation du Ventolin :

La personne connaît-elle bien les symptômes d'asthme ?

La personne connaît-elle bien SES symptômes et leur ordre d'apparition ?

Aujourd'hui mon asthme est :

L'information reflète ce que l'utilisateur a inscrit dans le quiz, on peut penser qu'il sait reconnaître les jours de détérioration de l'asthme.

Mes médicaments contre l'asthme :

Quel lien la personne fait-elle avec la médication ?

L'utilisateur semble comprendre qu'il doit augmenter le Ventolin lors de détériorations

L'utilisateur semble comprendre que doit augmenter les anti-inflammatoires lors de détérioration

Augmentation des doses d'anti-inflammatoires 2 jours après le début des symptômes

Pourquoi l'anti-inflammatoire n'a-t-il pas été augmenté (quadruplé) au premier jour des symptômes?

Flovent doublé le 8 et quadruplé le 10

A-t-il débuté assez tôt sa médication bronchodilatatrice? Anti-inflammatoire? Qu'en pensez-vous?

L'utilisateur a-t-il un plan d'action ?

Dans l'affirmative, le comprend-t-il ?

Exercices d'utilisation des outils : agenda des symptômes

ANALYSES (suite)

Autres symptômes/ éléments déclencheurs :

L'utilisateur réagit aux symptômes du rhume et aux contacts avec fumée de cigarette et chats.

Ces allergènes sont-ils connus de l'utilisateur ? A-t-il passé un test d'allergie ?

A-t-il une prescription liée à ces allergènes ?

Les contacts avec les allergènes étaient-ils prévus ?

S'ils étaient prévus, comment aurait-elle pu réagir autrement ?

 Poursuivre la dose d'antiinflammatoire quadruplée ?

 Introduire un antihistaminique

Symptômes de congestion nasale, toux, mal de gorge apparaissent le 6

 Notés au quiz sur l'asthme, le 7, pourquoi ?

A-t-il déjà fait un test d'allergie ? Autres allergies ?

Questions supplémentaires :

Exercices d'utilisation des outils

Comment intervenir pour amener l'utilisateur à reconnaitre ses symptômes ?

Sujets	Méthodes	Outils
Critères de maîtrise et de détérioration	<ul style="list-style-type: none">• Questions ouvertes• Exposé interactif• Discussion	<p>Supports visuels :</p> <ul style="list-style-type: none">• Planchette, affiche <p>Outils papiers :</p> <ul style="list-style-type: none">• Test de 30 seconde• Agenda des symptômes <p>Contrat d'apprentissage :</p> <ul style="list-style-type: none">• Compléter agenda des symptômes
Identification et ordre d'apparition des symptômes	<ul style="list-style-type: none">• Question ouverte: lui demander d'expliquer son agenda des symptômes• Discussion (Analyse de l'agenda des symptômes avec l'utilisateur)• Mises en situation (Faire relater la dernière crise : la progression des sx dans le temps, le facteur déclenchant, le premier Sx à apparaître)	<p>Agenda des symptômes complété</p> <p>Crayons marqueurs</p>

La fiche de DEP en asthme

Cet outil décrit l'engagement de l'utilisateur envers **l'intervention** et dresse le portrait de la situation. Il est une partie du lien entre les usagers et professionnels.

C'est un outil pratique pour l'utilisateur souhaitant obtenir des données objectives sur sa condition respiratoire pour une période donnée

Il peut expliquer beaucoup de choses à l'éducateur pour **évaluer** si :

- l'utilisateur comprend les objectifs et les bénéfices de l'outil
- Il reconnaît ses symptômes; Les détériorations
- Utilise-t-il ses médicaments de façon appropriée?
- Il est capable de faire des liens entre ses symptômes et certains événements de vie (rhume, contacts allergènes etc.)

La fiche de DEP en asthme

Buts des mesures de DEP :

- établir le **meilleur débit expiratoire** de pointe (DEP) qui reflète la fonction respiratoire
- évaluer la **gravité** de l'asthme
- évaluer le degré de **variation circadienne** de la fonction respiratoire
- surveiller la **réaction de l'usager** à la thérapie pendant une exacerbation aiguë
- dépister une **détérioration asymptomatique** de la fonction respiratoire et intervenir avant qu'elle ne devienne sérieuse
- évaluer les **effets du traitement** par une mesure objective de l'obstruction bronchique
- identifier les **facteurs déclenchant** l'inflammation et les symptômes
- évaluer l'asthme soupçonné d'être **d'origine professionnelle***
- préparer un **plan d'action** écrit chez les personnes qui **perçoivent mal leurs symptômes***

Adaptation tirée de RCTA, Guide des éducateurs sur l'asthme, 2000, p. 168

* Source: *Can Respir J Vol 17 2010, p.8*

La fiche de DEP en asthme

Quand l'utiliser?

- chaque matin, chaque soir et plus souvent si les symptômes deviennent inconfortables ou se manifestent la nuit ;
- à la même heure chaque jour ;
- avant la prise du bronchodilatateur inhalé **et** 10-20 minutes après ;
- asthme stable : 2-3 X / sem.

Source: Can Respir J Vol 17 2010, p.8

La fiche de DEP en asthme

Particularités

- À partir de 6 ans
- Outil individuel
- Utiliser fiches de débit de pointe et de symptômes
- S'assurer de la véracité des valeurs

Nettoyage

- Suivre les indications du fabricant ou au minimum:
- Laver pièce buccale 1 fois semaine.
- Tremper dans l'eau savonneuse 5 à 10 minutes, rincer, égoutter et sécher.

Comment utiliser un débitmètre de pointe (RQESR, 2016)

1. Retirer tout aliment ou gomme à mâcher de votre bouche
2. S'asseoir bien droit et confortablement ou encore en position debout (important de le faire toujours dans la même position)
3. Tenir le débitmètre bien droit à l'horizontale
4. Placer le curseur en position 0 (éviter de placer ses doigts sur la ligne du curseur)
5. Prendre une grande inspiration
6. Placer le débitmètre entre les lèvres de manière à bien couvrir l'embout et à ne pas mettre la langue dans l'orifice
7. Expirer le plus vite et le plus fort possible
8. Noter la mesure
9. Refaire la technique 2 autres fois et inscrire la valeur la plus élevée des 3 sur l'agenda des symptômes
10. Mesurer le débit expiratoire de pointe deux fois par jour, le matin et le soir à la même heure si possible
11. Idéalement mesurer le débit expiratoire de pointe avant de prendre les médicaments

Comment utiliser un débitmètre de pointe (RQESR, 2016)

Autres conseils :

- Il est normal d'oublier de la mesurer, si c'est le cas, n'inscrire aucune valeur sous cette date;
- Mesurer le débit expiratoire de pointe avant de prendre les médicaments contre l'asthme. S'il y a eu prise de médicament avant, le mentionner sur l'agenda;
- S'il y a un besoin d'utiliser le bronchodilatateur, vérifier le débit expiratoire de pointe, avant de le prendre, puis environ 15 minutes après la prise.

La fiche de DEP en asthme

Faire preuve de prudence en interprétant les valeurs du DEP:

C'est-à-dire que les données consignées dans les journaux pourraient être inventées ou correspondre à la meilleure estimation du usager.

Les décisions thérapeutiques ne doivent pas se baser uniquement sur ces données à moins qu'un débitmètre électronique ne soit utilisé.

Source: Can Respir J Vol 17 2010, p.8

Exercices d'utilisation des outils : la fiche de DEP

But : Apprendre à analyser une fiche de DEP en deux temps

Faire les CONSTATS pour chaque section :

- Qu'est-ce que j'observe?

Faire l'ANALYSE en mettant en lien les constats :

- Qu'est-ce que j'en comprends?

Exercices d'utilisation des outils : la fiche de DEP

1- Avec le conférencier :

- Prenez connaissance de la fiche de DEP #1
- Faites les constats et procédez à l'analyse

2- En sous-groupes de 3

- Prenez connaissance de la fiche de DEP #2
- Faites les constats et procédez à l'analyse

3- Retour en groupe pour discuter des réponses et d'un exercice complémentaire

Exercices d'utilisation des outils : la fiche de DEP

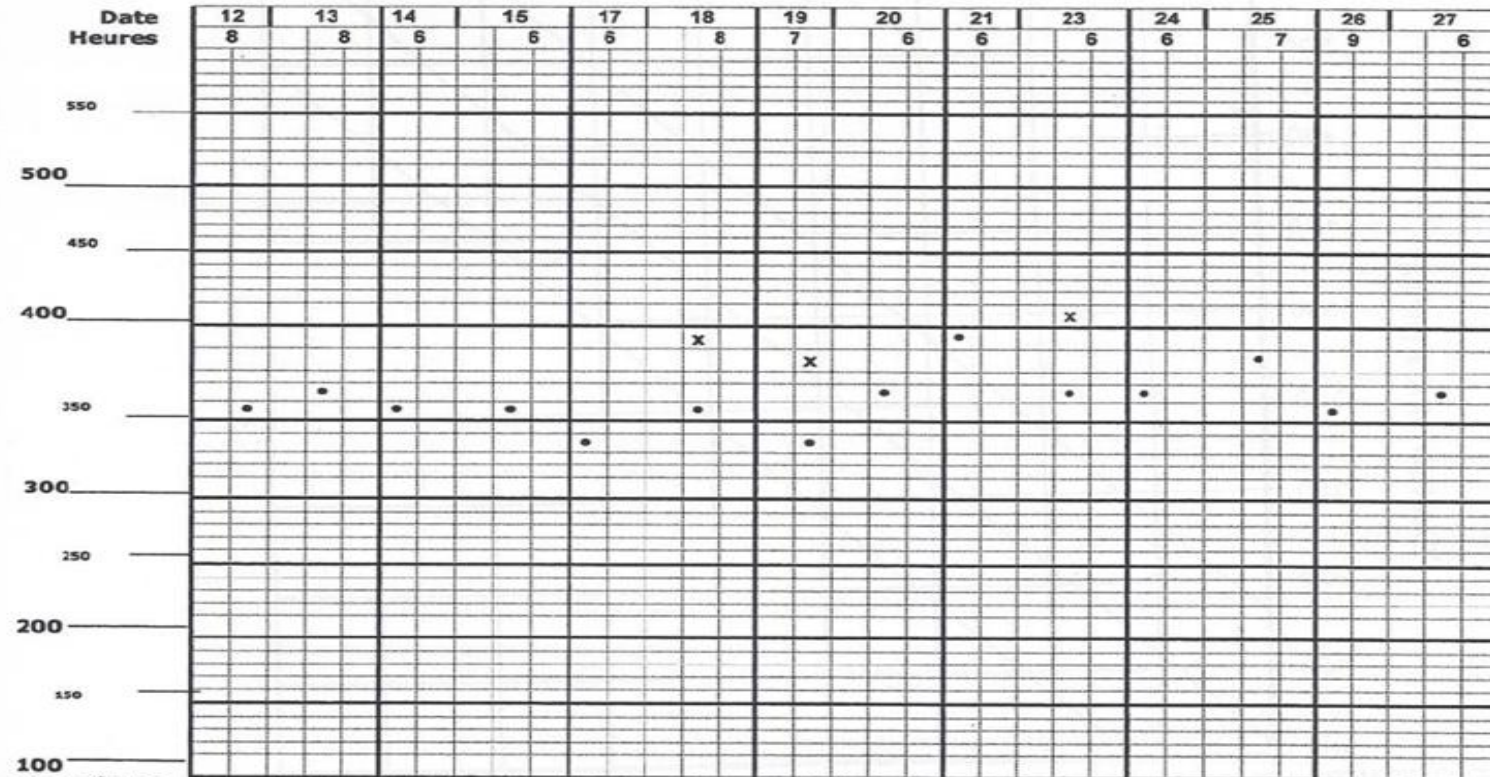
FICHE DE DÉBIMÈTRE

Prescription de Bricanyl pm, oxeze 1b bid, pulmicort 200 mg 4b bid à ↑
à 4 b tid ou qid prn

N.B. Indiquer le meilleur des 3 essais consécutifs _____ fois par jour+si symptômes+si éveillé la nuit.

- Avant bronchodilatateur.
- x 10 minutes après bronchodilatateur.

Mois :



SYMPTÔMES : Absent : 0 Minime : 1 Léger : 2 Modéré : 3 Grave : 4 Très grave : 5

Essoufflement	1	1	1	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2
Sifflement	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Toux	2	2	1	2	2	3	3	4	3	2	2	1	1	1
Crachats	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0
Oppression	0	0	3	0	2	0	0	2	0	0	0	0	0	0
Éveil la nuit	0	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0	0	0

MÉDICAMENTS :

Pulmicort	8	8	8	8	8	8	8	12	14	14	12	10	12
Oxeze	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Bricanyl	1	1	1	2	1	2	2	1	1	0	1	2	1
Réactine							1	1	1	1	2	1	1

Si facteurs déclenchants particuliers ou autres commentaires, l'indiquer sur le graphique ou au verso

Exercices d'utilisation des outils : la fiche de DEP

CONSTATS

Graphique complété pour 2 semaines

Prises de DEP aléatoires

Meilleure valeur non identifiée

3 prises post ventolin

Symptômes présents tous les jours

Prise de médication importante

ANALYSES

Graphique mal complété, revoir compréhension de l'outil avec l'utilisateur

Symptômes présents tous les jours, revoir critères de maîtrise de l'asthme

Augmentation des doses de médication, revoir compréhension des médicaments et de leurs rôles

Si on utilise 400 comme meilleure valeur (valeur potentielle puisque non répétitive dans le temps) la zone jaune serait établie à 360 : l'utilisateur serait donc constamment en zone jaune.

L'outil est-il pertinent pour cet usager ?

L'utilisateur avait-il accepté le « contrat », s'était-il engagé ?

L'explication donnée était-elle claire ?

Informations et explications données

Pratique avec l'éducateur, simulation etc.

Exercices d'utilisation des outils : la fiche de DEP

Durée de 30 minutes en 3 étapes:

1- Avec le conférencier (5 min.) :

- prenez connaissance de la fiche de DEP #1 ,
- faites les constats et procédez à l'analyse

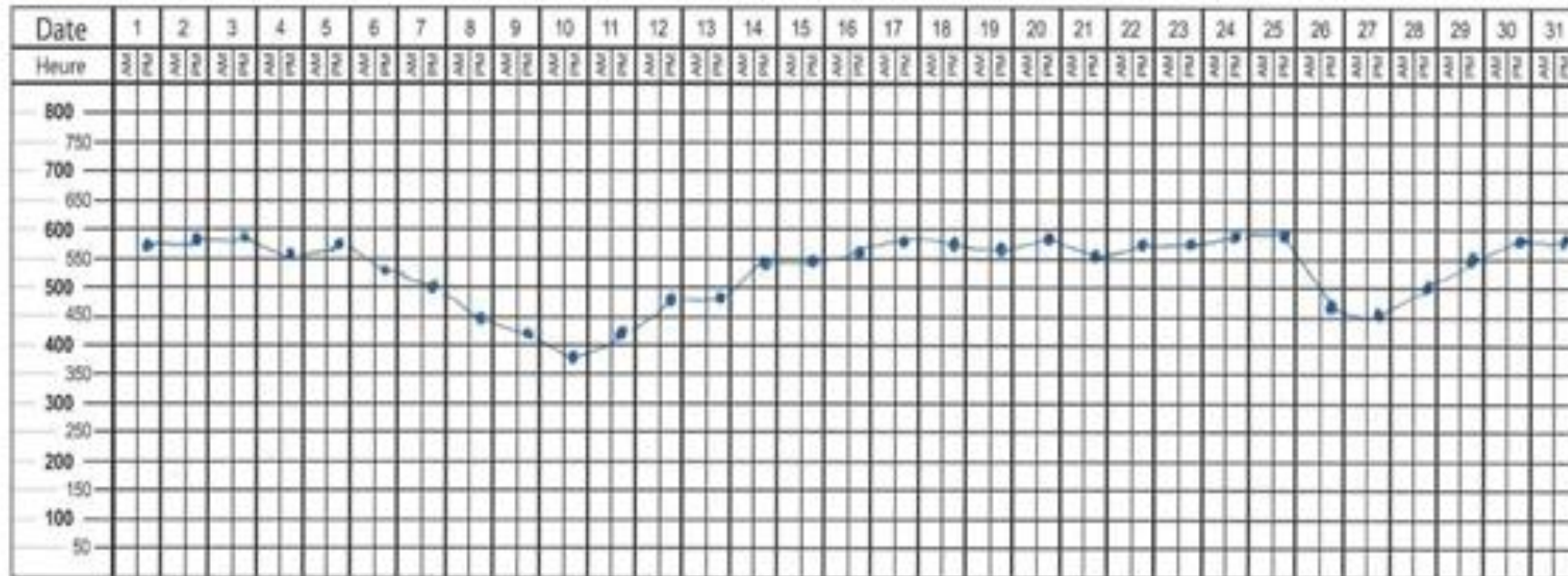
2- En sous-groupes de 3 (10 min.)

- prenez connaissance de la fiche de DEP #2
- faites les constats et procédez à l'analyse

3- Retour en groupe pour discuter des réponses et d'un exercice complémentaire (15 min.)

Exercices d'utilisation des outils : la fiche de DEP

Mon débit de pointe (Si mon professionnel de la santé ne m'en a pas parlé, ceci ne s'applique pas à moi.)



Pour utiliser le débitmètre de pointe :

- 1 Je mets le curseur à zéro (0).
- 2 Je tiens le débitmètre à l'horizontal.
- 3 Je remplis mes poumons au maximum.
- 4 J'introduis l'embout dans ma bouche et je serre les lèvres autour de l'embout.
- 5 J'expire le **plus fort** et le **plus vite** possible.
- 6 Je fais cet exercice **3 fois** et je note la lecture la plus élevée dans le graphique.

Notes personnelles

Meilleure valeur : 590

Chute de 10 % : 500

Chute de 40 % : 350

Exercices d'utilisation des outils : la fiche de DEP

CONSTATS

DEP effectué pendant 1 mois

- 2 épisodes de détérioration dans un mois
- Un de 8 jours et un de 4 jours
- Pas de valeurs en AM
- Pas de valeurs post ventolin
- Chute plus graduelle du DEP à la première exacerbation
- Chute plus rapide à la deuxième
- Meilleure valeur 590

ANALYSES

- Est-ce une première fiche de DEP d'une personne nouvellement diagnostiquée ? Que connaît-elle ?
- Est-ce une première fiche de DEP d'une personne expérimentée ? Que connaît-on sur elle ?
- Pourquoi on ne retrouve aucune valeur post ventolin malgré les exacerbations ? La personne a-t-elle bien compris l'utilisation du DEP ?
- La meilleure valeur (590) est-elle encore valable ?
- Pourquoi aucune prise de DEP en AM ?
- Les symptômes diminuent lentement (5 à 8 jours)
- Qu'est-ce qui a provoqué les détériorations ?

Exercices d'utilisation des outils : la fiche de DEP

Durée de 30 minutes en 3 étapes:

1- Avec le conférencier :

- prenez connaissance de la fiche de DEP #1,
- faites les constats et procédez à l'analyse

2- En sous-groupes de 3

- prenez connaissance de la fiche de DEP #2
- faites les constats et procédez à l'analyse

3- Retour en groupe pour discuter des réponses et d'un exercice complémentaire : PLANIFIER, INTERVENIR, ÉVALUER

Exercices d'utilisation des outils

Mon quiz sur l'asthme

Chaque soir, je mets un crochet devant les symptômes qui m'ont affecté AUJOURD'HUI.

AUJOURD'HUI, est-ce que j'ai toussé, eu une respiration sifflante ou de la difficulté à respirer...	EX	Jours du mois																														
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1) Pendant la journée								✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓													✓	✓	✓			
2) Assez pour me réveiller la nuit	✓																															
3) Assez pour utiliser ma pompe BLEUE (inscrire le nombre de fois pas jour)	✓✓							✓	W	W	W	W	✓	✓													✓	W	✓			
4) Assez pour limiter mes activités physiques ou sportives	✓																															
5) Assez pour m'absenter de l'école, de mes activités habituelles ou du travail																																
6) Assez pour visiter un docteur à l' urgence ou dans une clinique sans rendez-vous																																
Nombre de crochets :	4	0	0	0	0	0	0	2	4	5	5	4	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	3	2	0	0	0

Aujourd'hui, mon asthme est :

Le nombre de crochets sur *Mon quiz sur l'asthme* représente mon niveau de contrôle de l'asthme.

	EX	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
⊗ SOUS CONTRÔLE : 0 ou 1 crochet par jour		✓	✓	✓	✓	✓	✓								✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓			✓	✓	✓	✓
⊗ MAL CONTRÔLÉ : 2 crochets ou plus par jour en tout temps ou 1 crochet ou plus par jour 4 jours ou plus au cours d'une période de 7 jours	✓							✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓													✓	✓				
⊗ HORS DE CONTRÔLE = Ma pompe bleue ne me soulage pas pendant au moins 4 h																																

Mes médicaments contre l'asthme *

J'inscris le nombre total de bouffées (puffs)/comprimés, des médicaments pris AUJOURD'HUI.

*Détails au verso	EX	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Médicament de contrôle: FLOVENT (Pour réduire l'inflammation)	2	2	2	2	2	2	2	4	4	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	4	4	4	4	4	4	4	4	4
Médicament de secours: VENTOLIN (Pour ouvrir les bronches)	0	0	0	0	0	0	1	2	2	2	2	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	1	0	0	0	
Autre médicament: (Antibiotiques, stéroïdes nasaux et oraux)																																
Autre médicament:																																

Autres symptômes/éléments déclencheurs

Je note ces informations et je mets un crochet si elles s'appliquent à moi AUJOURD'HUI.

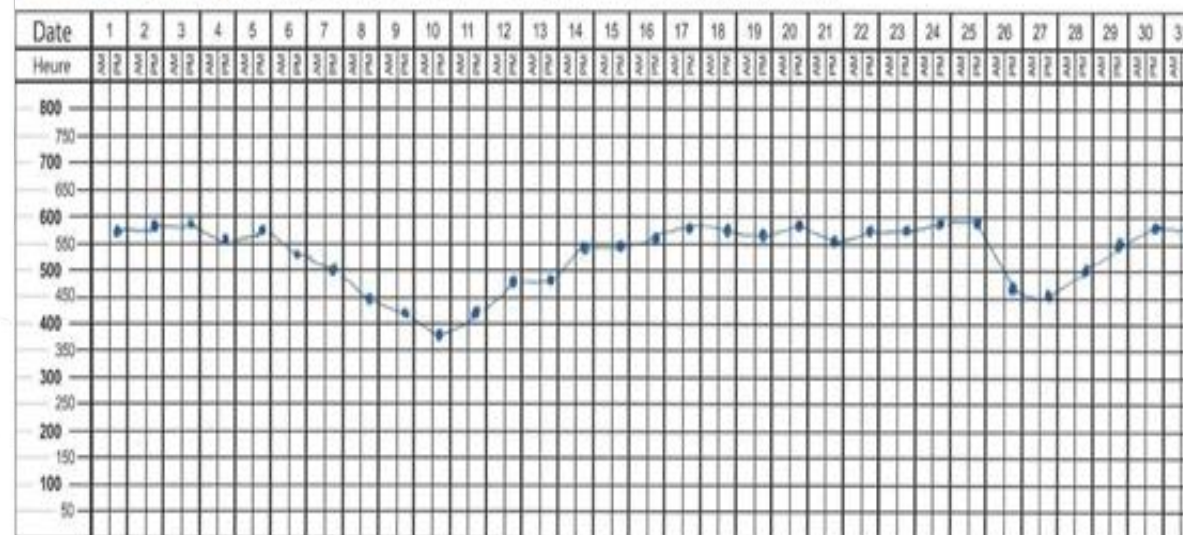
TOUX, MAL DE GORGE	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
⊗ <u>CONGESTION NASALE</u> (ex.: nez qui coule, contact avec allergènes)							✓	✓	✓	✓	✓	✓																				
⊗ <u>CONTACT FUMEURS + CHAT</u>																											✓	✓				

© Dr Francine M. Ducharme
Collaboration de l'Institut de recherche du Centre universitaire de santé McGill

ISBN-13-978-2-9809744-5-8
Dépôt légal Bibliothèque et Archives Canada, 2008 - Dépôt légal Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2008

Mise en page: Jessy Caouette

Mon débit de pointe (Si mon professionnel de la santé ne m'en a pas parlé, ceci ne s'applique pas à moi.)



Pour utiliser le débitmètre de pointe :

- Je mets le curseur à zéro (0).
- Je tiens le débitmètre à l'horizontal.
- Je remplis mes poumons au maximum.
- J'introduis l'embout dans ma bouche et je serre les lèvres autour de l'embout.
- J'expire le plus fort et le plus vite possible.
- Je fais cet exercice 3 fois et je note la lecture la plus élevée dans le graphique.

Notes personnelles

Meilleure valeur : 590

Chute de 10 % : 500

Chute de 40 % : 350

Exercices complémentaire d'utilisation des outils

1 ^{ière} exacerbation	<ul style="list-style-type: none">• L'utilisateur a atteint la zone jaune (10% de sa meilleure valeur de DEP) dès le 6• A utilisé le Ventolin le 7 et doublé le Flovent le 8• Valeurs les plus basses obtenues le 10, il a alors quadruplé le Flovent	<ul style="list-style-type: none">• Pourquoi l'utilisateur n'a-t-il pas quadruplé son anti-inflammatoire dès le début de son exacerbation tel que prescrit?• L'utilisateur fait-il le lien entre les DEP qui diminuent et les symptômes?• Avait-il compris les informations?• Était-il craintif?• Aurait-il pu contacter l'éducateur en cas de doute pour activer son plan d'action plus rapidement?
2 ^{ème} exacerbation	<ul style="list-style-type: none">• Détérioration rapide des symptômes• Pas d'ajustement de flovent mais prise de ventolin• Les contacts avec les animaux et les fumeurs étaient-ils prévus ?	<ul style="list-style-type: none">• L'utilisateur réagit-il assez rapidement et correctement lors de symptômes de détérioration ?

Exercices d'utilisation des outils

Comment intervenir pour amener l'utilisateur à reconnaître ses symptômes ?

Sujets	Méthodes	Outils
Critères de maîtrise et de détérioration	<ul style="list-style-type: none">• Questions ouvertes• Exposé interactif• Discussion	<p>Supports visuels:</p> <ul style="list-style-type: none">• Planchette, affiche <p>Outils papiers:</p> <ul style="list-style-type: none">• Test de 30 seconde• Agenda des symptômes et fiche de DEP <p>Contrat d'apprentissage:</p> <ul style="list-style-type: none">• Compléter agenda des symptômes
Identification et ordre d'apparition des symptômes	<ul style="list-style-type: none">• Question ouverte: lui demander d'expliquer son agenda des symptômes et DEP• Discussion (Analyse de l'agenda des symptômes et DEP avec l'utilisateur)• Mises en situation (Faire relater la dernière crise : la progression des sx dans le temps, le facteur déclenchant, le premier Sx à apparaître)	<p>Agenda des symptômes complété et fiche de DEP</p> <p>Crayons marqueurs</p>

Le plan d'action

Bien que le plan d'action existe sous plusieurs formes, rappelez-vous qu'il doit toutefois contenir les éléments suivants :

- La médication usuelle de l'utilisateur ;
- Des critères permettant d'identifier le niveau de maîtrise de la maladie;
- Des repères (système de zones de couleur) permettant d'établir selon les symptômes et/ou les mesures de DEP, si l'utilisateur doit ajuster ses médicaments ou consulter un médecin;
- Les actions à entreprendre selon le niveau de maîtrise, comme par exemple:
 - **Vert** signifie poursuivre la médication usuelle;
 - **Jaune** signifie ajuster la médication;
 - **Rouge** signifie diriger l'utilisateur vers une ressource médicale.

Le plan d'action













Le plan d'action doit aussi permettre de :

- Reconnaître les signes d'une détérioration des symptômes;
- Face à une aggravation des symptômes, ajuster le traitement en suivant certaines étapes bien précises;
- Décider du moment propice pour consulter un professionnel de la santé;
- Choisir la ressource appropriée à la condition (clinique médicale ou centre hospitalier).

Le plan d'action

PLAN D'ACTION EN ASTHME



		 TOUT VA BIEN		 AJUSTEMENT À FAIRE		 BESOIN D'AIDE			
Prénom, nom: _____ Médecin traitant: _____ Pharmacie: _____ Service éducatif: _____ Autres ressources importantes: _____ Année de la dernière spirométrie: _____ Allergies: <input type="radio"/> NON <input type="radio"/> OUI <input type="radio"/> CHATS <input type="radio"/> CHIENS <input type="radio"/> POLLEN <input type="radio"/> GRAMINÉE <input type="radio"/> ACARIENS <input type="radio"/> AUTRE		MESSAGES CLÉS:		Prenez vos médicaments tel que prescrits, si 1 seul X :		Ajustez votre médication selon le plan, si 1 seul X :		Consultez rapidement (médecin ou urgences), si 1 seul X :	
 Symptômes le jour		<input type="radio"/> Max 3 fois/semaine		<input type="radio"/> 4 fois /semaine et +		<input type="radio"/> Fréquents tous les jours			
 Symptômes la nuit		<input type="radio"/> Aucun		<input type="radio"/> 1 nuit/semaine et +		<input type="radio"/> Plusieurs nuits			
 Utilisation du traitement de secours		<input type="radio"/> Max 3 fois/semaine		<input type="radio"/> 4 fois/semaine et +		<input type="radio"/> À chaque 3-4 heures			
 Activités physiques		<input type="radio"/> Normales		<input type="radio"/> Limitées		<input type="radio"/> Très limitées			
 Débits de pointe		<input type="radio"/> 90 à 100% Votre valeur: _____ à _____		<input type="radio"/> 60 à 90% _____ à _____		<input type="radio"/> Moins de 60% _____ à _____			
 Médicaments pour les poumons (nom, nbre de bouffées, nbre de fois/jour):		_____		_____		_____			
 Médicaments pour le nez (nom, nbre de bouffées, nbre de fois/jour):		_____		_____		_____			
 Autres médicaments:		_____		_____		_____			
 Je m'engage à:		<input type="radio"/> _____		<input type="radio"/> _____		<input type="radio"/> _____			

Le plan d'action

Pour assurer le succès de la prescription et de l'application d'un plan d'action:

- Un suivi médical, éducatif et pharmaceutique régulier s'avère de première importance
- Si l'état de santé ne s'améliore pas ou se détériore malgré l'utilisation du plan d'action, il faut consulter rapidement.
- Pour évaluer la compréhension de l'utilisateur, lui demander de nous donner un exemple de situation où il utiliserait son plan d'action et comment il le ferait

Exercices d'utilisation des outils : le plan d'action

But :

- **Identifier les éléments à noter au plan d'action**
- **Discuter des méthodes à prendre pour aider l'utilisateur à :**
 - **Utiliser adéquatement le plan d'action**
 - **Obtenir un plan d'action**

Exercices d'utilisation des outils : le plan d'action

1- Avec le conférencier :

- Lisez les informations remises par le conférencier
- Identifier les éléments pertinents et pourquoi
- Les noter au plan d'action

2- En sous-groupes :

- PLANIFIER les méthodes et stratégies pour INTERVENIR afin d'aider l'utilisateur à obtenir et utiliser un plan d'action et comment ÉVALUER la compréhension et la capacité à l'utiliser de l'utilisateur

3- Retour en groupe pour discuter des réponses

Exercices d'utilisation des outils : le plan d'action

Exercice étape 1

Identifier les éléments pertinents et pourquoi
Les noter au plan d'action

- Homme de 42 ans, asthme depuis l'enfance
- Peintre en bâtiment
- Allergies aux acariens, animaux (chats et chiens)
- DEP: meilleure valeur 590 établie il y 3 ans
- Prescription de base:
 - Alvesco 100 1 inh die
 - Ventolin 2 inh. prn
 - Claritin prn
 - Sinus rince prn
- Plan d'action
 - Augmenter Alvesco à 4 inh die pour 14 jours

Exercices d'utilisation des outils : le plan d'action

PLAN D'ACTION DE _____ DATE _____

FORMAT FRIGO

ASTHME MAÎTRISÉ

	Oui	Non	Pas du tout
	Vie normale, activités physiques régulières	Toux, essoufflement, respiration sifflante, oppression, sécrétions	Je n'en peux plus, énergie complètement à plat
Comment savoir?			
1. Symptômes le jour	<input type="checkbox"/> Rares < 4 fois / semaine	<input type="checkbox"/> Réguliers > 3 fois / semaine	<input type="checkbox"/> Fréquents tous les jours
2. Symptômes la nuit	<input type="checkbox"/> Aucun	<input type="checkbox"/> 1 nuit / semaine ou plus	<input type="checkbox"/> Plusieurs nuits
3. Bronchodilatateur	<input type="checkbox"/> ≤ 3 fois / semaine	<input type="checkbox"/> > 3 fois / semaine	<input type="checkbox"/> Soulagement < 3 - 4 heures
4. Activités physiques	<input type="checkbox"/> Normales	<input type="checkbox"/> Limitées	<input type="checkbox"/> Très limitées
5. Débits de pointe	<input type="checkbox"/> 90 à 100 %	<input type="checkbox"/> 60 à 90 %	<input type="checkbox"/> < 60 %
Quoi faire?	<input type="checkbox"/> Ça va bien 	<input type="checkbox"/> Ajustement 	<input type="checkbox"/> Urgence
TRAITEMENT ➔			
Médecin traitant _____			
Info-santé _____			
CEA _____			
Éducateur _____			
		_____ x _____ jours ou Consulter s'il n'y a pas d'amélioration dans les 24-48 heures.	URGENCE

Exercices d'utilisation des outils : le plan d'action

FORMAT FRIGO



ASTHME MATRISE

Oui

Non

Pas du tout



Vie normale,
activités physiques régulières



Toux, essoufflement, respiration
sifflante, oppression, sécrétions



Je n'en peux plus,
énergie complètement à plat

Comment savoir?

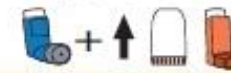
1. Symptômes le jour	<input type="checkbox"/> Rares < 4 fois / semaine	<input type="checkbox"/> Réguliers > 3 fois / semaine	<input type="checkbox"/> Fréquents tous les jours
2. Symptômes la nuit	<input type="checkbox"/> Aucun	<input type="checkbox"/> 1 nuit / semaine ou plus	<input type="checkbox"/> Plusieurs nuits
3. Bronchodilatateur	<input type="checkbox"/> ≤ 3 fois / semaine	<input type="checkbox"/> > 3 fois / semaine	<input type="checkbox"/> Soulagement < 3 - 4 heures
4. Activités physiques	<input type="checkbox"/> Normales	<input type="checkbox"/> Limitées	<input type="checkbox"/> Très limitées
5. Débits de pointe	<input type="checkbox"/> 90 à 100 %	<input type="checkbox"/> 60 à 90 %	<input type="checkbox"/> < 60 %

Quoi faire?

Ça va bien



Ajustement



Urgence



TRAITEMENT ➔

Médecin traitant _____
Info-santé _____
CEA _____
Éducateur _____

Flovent 125, 2 inh die
Ventolin 2 inh au besoin
Meilleure valeur 590
Allergie aux chats et
aux acariens

- Aug. 8 inh X 14 jours
- Ou
- Chute de DEP de 10%
donc moins de 530

URGENCE

Chute de DEP
de 40% , donc
moins 355

Exercices d'utilisation des outils : le plan d'action

1- Avec le conférencier :

- Lisez les informations remises par le conférencier
- Identifier les éléments pertinents et pourquoi
- Les noter au plan d'action

2- En sous-groupes :

- PLANIFIER les méthodes et stratégies pour INTERVENIR afin d'aider l'utilisateur à obtenir et utiliser un plan d'action et comment ÉVALUER la compréhension et la capacité à l'utiliser de l'utilisateur

3- Retour en groupe pour discuter des réponses

Exercices d'utilisation des outils : le plan d'action

Comment intervenir pour amener l'usager à OBTENIR un plan d'action

Sujet	Méthodes	Outils
Se procurer un plan d'action	<ul style="list-style-type: none">• Questions ouvertes (valider la qualité de la communication avec le MD)• Exposé interactif (expliquer les avantages et les principes du plan d'action)• Mises en situation (je suis le docteur ou l'inverse...) : L'aider à identifier des questions et à les écrire• Pour les personnes se sentant incapables d'en parler : Soutenir avec nos outils• Faire un suivi, être disponible	<p>Supports visuels: Planchette, affiches</p> <p>Outils papiers: plan d'action</p> <p>Appel au médecin compte-rendu écrit avec plan d'action à remplir, résultats des mesures de sx et DEP,)</p>

Exercices d'utilisation des outils : le plan d'action

Comment intervenir pour amener l'usager à **APPLIQUER** un plan d'action

Sujet	Méthodes	Outils
Appliquer un plan d'action	<p>Questions ouvertes et discussion: valider son intérêt, sa motivation et sa capacité d'utiliser un plan d'action</p> <p>Exposé interactif:</p> <ul style="list-style-type: none">○ Expliquer les avantages et les principes du plan d'actions○ Se servir de crayons marqueurs (zones verte, jaune, rouge sur la fiche remplie avec ou sans les mesures de DEP) <p>Mises en situation: partir des expériences antérieures de la personne : Qu'avez-vous fait ?</p> <ul style="list-style-type: none">○ Lors de la dernière crise○ Lorsque vous êtes allé à un endroit où il y avait un allergène ?○ Quand vous avez débuté un rhume ?○ Que devriez-vous faire la prochaine fois ? <p>Faire un suivi, être disponible</p>	<p>Supports visuels: Planchette, affiches, marqueurs</p> <p>Outils papiers: plan d'action</p>

Le compte-rendu

Il s'agit de l'outil de **communication interprofessionnel** principal.

Pourquoi?

- Assure la crédibilité du service;
- Facilite le suivi et la collaboration avec les autres professionnels (médecin traitant, autres éducateurs, autres professionnels).

Pour qui?

- Copie au médecin traitant;
- Original au dossier;
- Copie au professionnel qui réfère.

Le compte-rendu

Structure

1. Contexte (provenance de la référence, motivation)
2. Identification des besoins d'apprentissage
 - Selon les comportements ciblés
 - Pour chacun des comportements, identifier brièvement les barrières
3. L'engagement de l'usager
4. L'évaluation de l'intervention/suivi suggéré
5. Questions pour le médecin

Comportement	Problème ou besoin ciblé	Barrières/Leviers (Croyances, connaissances, valeurs, attitudes)	Engagement de l'usager (Contrat)	Évaluation (Suivi)
--------------	--------------------------	---	-------------------------------------	-----------------------

Le compte-rendu

- Précis, concis
- Lisible en français ou anglais convenable (word)
- Neutre (éviter les je pense..., le diagnostic)
- Subjectif : signes rapportés par l'utilisateur, il dit que...)
- Objectif : la mesure du DEP, les signes ou symptômes observés lors de l'enseignement...
- Compte-rendu versus note évolutive?
 - Le compte-rendu donne les infos pertinentes du volet éducatif dans le but d'un travail d'équipe
 - La note évolutive est plus descriptive

Exercices d'utilisation des outils : le compte-rendu

But:

- Apprendre à écrire un compte-rendu pertinent pour faciliter le suivi interdisciplinaire

Comportement	Problème ou besoin ciblé	Barrières/Leviers (Croyances, connaissances, valeurs, attitudes)	Engagement de l'utilisateur (Contrat)	Évaluation (Suivi)
---------------------	---	---	--	-------------------------------

Exercices d'utilisation des outils : le compte-rendu

Durée de 25 minutes en 3 étapes:

1- Avec le conférencier (5 min.) :

Prendre connaissance de la situation fictive et de deux exemples de compte-rendu portant sur les discussions et ententes conclues **concernant l'environnement** :

- Déterminer le compte-rendu le plus pertinent et pourquoi

2- En sous-groupes de 3 (15 min.)

Utiliser la note évolutive fournie pour écrire un compte-rendu au médecin

3- Retour en groupe pour discuter des réponses (10 min.)

Exercices d'utilisation des outils : le compte-rendu

L'exemple A est le meilleur.

Les facteurs déclenchants sont nommés :

- Tabac :
 - Contact avec fumée secondaire
 - Ce que le conjoint est prêt à faire comme changement
 - Échéance pour en rediscuter
- Contact avec un allergène
 - Croyances fausses sur l'effet d'un allergène sur les symptômes d'asthme
 - Intervention pour corriger la fausse croyance
 - Engagement de la personne à espacer les visites à son amie donc à diminuer les contacts avec l'allergène.
 - Échéance pour réévaluer l'entente

Dans l'exemple B, les informations concernant la médication sont superflues dans **le contexte de l'environnement**.

Il n'y a pas d'engagement précis de l'utilisateur ou de son conjoint pour changer certains comportements, ni d'échéance nommée pour la réévaluation.

Exercices d'utilisation des outils : compte-rendu 1

Comportement	Problème ou besoin ciblé	Barrières/Leviers (Croyances, connaissances, valeurs, attitudes)	Engagement de l'utilisateur (Contrat)	Évaluation (Suivi)
Assainissement de l'environnement	Contact avec fumée secondaire du conjoint	??	Conjoint accepte de diminuer le nombre de cigarette fumées à la maison surtout lorsque Marie-Josée présente des symptômes d'asthme	Conjoint ouvert à en discuter à la prochaine rencontre
	Allergies aux animaux. Contact avec le chat de son amie	Marie-Josée ne croyait pas que le chat de son amie nuise à son asthme. Convaincue après les discussions.	M-J accepte d'espacer les visites chez son amie pendant quelques semaines M-J pensera à des solutions à long terme	À discuter à la prochaine rencontre
	Allergie aux acariens	Moyens financiers limités	Aucun engagement pour l'instant, accepte d'en reparler plus tard	Sera discuté à la prochaine rencontre

Exercices d'utilisation des outils : le compte-rendu

Durée de 25 minutes en 3 étapes:

1- Avec le conférencier (5 min.) :

Prendre connaissance de la situation fictive et de deux exemples de compte-rendu portant sur les discussions et ententes conclues **concernant l'environnement** :

- Déterminer le compte-rendu le plus pertinent et pourquoi

2- En sous-groupes de 3 (15 min.)

Utiliser la note évolutive fournie pour écrire un compte-rendu au médecin

3- Retour en groupe pour discuter des réponses (10 min.)

Première rencontre, garçon de 8 ans Laurent (nom fictif)

9 décembre 2020

Appel fait à domicile. Demande reçue du médecin de l'urgence suite à une visite le 1 décembre 2020 pour exacerbation. Parlons au papa.

Médication prescrite au congé :

Flovent 125 1 inh. BID

Ventolin 2inh q 4 heures PRN

Papa dit connaître l'asthme. Diagnostiqué il y a 5 ans.

Principale préoccupation de papa : n'a pas aimé la visite à l'urgence et veut être rassuré que ça ne se reproduise plus. Première visite à l'urgence pour Laurent. Papa ne sait pas pourquoi l'asthme de Laurent s'est détérioré.

Médication : Papa confirme que la pompe orange est prise de façon régulière. Père donne du Ventolin 4 fois semaine avant le cours de tennis de Laurent car craint qu'il se mette à tousser et fasse une « crise ». Révision des rôles des médicaments et de leurs effets sur les bronches et révision des critères de maîtrise et détérioration. Discussion pour l'utilisation du Ventolin. Papa se dit rassuré et s'engage à utiliser le Ventolin seulement au besoin

Symptômes : Papa me dit que Laurent va bien mais peine à identifier les symptômes d'asthme de Laurent. Croit que si Laurent joue c'est que ça va bien. Papa comprend l'importance d'identifier les symptômes pour prévenir les exacerbations. Papa s'engage à compléter un agenda des symptômes pour 3 semaines. Explications données sur l'utilisation de l'agenda des symptômes.

Technique d'inhalation : Bonne collaboration de Laurent pour la prise de ses pompes. Bonne technique.

Plan d'action : aucun plan d'action. M. est prêt à avoir les explications à ce sujet. Se voit mal en demander un à son médecin. Accepte que j'en demande un au médecin Dr XXX

Environnement : Ont un chien depuis 3 mois. Papa dit que lorsque Laurent se colle avec le chien, ses yeux piquent et son nez coule. N'a jamais passé de test d'allergie pour les animaux même si test d'allergie aux œufs a été fait (allergie anaphylactique aux œufs). Papa a l'impression que si Laurent se tient loin du chien n'a aucun symptôme. Croyances corrigées. Entente de discuter des mesures environnementales selon les résultats du test d'allergie que je demanderai au médecin. M. s'engage à exclure le chien de la chambre de Laurent d'ici à la réception des résultats de test d'allergies.

Suivi à faire :

Compte-rendu envoyé à Dr XXX.

Monsieur accepte un rendez-vous téléphonique dans 3 semaines pour poursuite de l'intervention éducative, analyse de l'agenda des symptômes, expliquer le volet pharmacologique du plan d'action si prescrit

Exercices d'utilisation des outils : compte-rendu 2

Comportement	Problème ou besoin ciblé	Barrières/Leviers (Croyances, connaissances, valeurs, attitudes)	Engagement de l'utilisateur (Contrat)	Évaluation (Suivi)
Observance de la médication et symptômes	Père donne du Ventolin 4 fois semaine avant le cours de tennis de son fils	Craint qu'il ne se mette à tousser et fasse une « crise ». Manque de connaissance	Après explications, réalise qu'il avait de fausses craintes et s'engage à compléter un agenda des symptômes pour 3 semaines et à utiliser le Ventolin au besoin seulement	r-v- de suivi prévu dans 3 semaines pour analyse de l'agenda des symptômes - Vérifier prise de médication - Vérifier symptômes
Application du plan d'action	Aucune prescription pour le volet pharmacologique du plan d'action	Père prêt à avoir les explications pour l'utilisation d'un plan d'action	M. Accepte que j'envoie un compte-rendu au médecin et s'engage à se présenter au prochain rv dans 3 semaines	r-v- de suivi prévu dans 3 semaines pour : -expliquer le volet pharmacologique du plan d'action
Environnement	Lorsque son fils se colle au chien , ses yeux piquent et son nez coule Na jamais passé de test d'allergies aux animaux	Père croit que si son fils se tient loin du chien , il n'a aucun symptôme Pas prêt à se départir du chien	Entente de discuter des mesures environnementales selon les résultats d'allergies dès leur réception et s'engage en attendant d'exclure le chien de la chambre de son fils.	Référence en allergologie demandée le 9 décembre 2020

Exercices d'utilisation des outils : le compte-rendu

COMPTE-RENDU D'ÉVALUATION ET D'INTERVENTION ÉDUCATIVE EN ASTHME

Nom : xxxxxxxxxxxxxx DDN : xxxxxx

Médecin : Dr xxxxxxxxxxxxxxxxxxxx

Contexte : Entrevue téléphonique le 9 décembre 2020. Demande reçue de l'urgence suite à une visite pour exacerbation. Parlons avec papa.

THÈMES ABORDÉS	OBSERVATIONS	DISCUSSION ET ENTENTE
Prise de médication et symptômes	Fidèle à la prise de Flovent. Père donne du Ventolin 4 fois semaine avant le cours de tennis de son fils	Craint qu'il ne se mette à tousser et fasse une « crise ». Manque de connaissance. Révision des critères de maîtrise et détérioration et l'utilisation du Ventolin au besoin. Papa se dit rassuré. Réalise qu'il avait de fausses craintes et s'engage à compléter un agenda des symptômes pour 3 semaines et à utiliser le Ventolin seulement si besoin
Plan d'action :	Aucun plan d'action.	M. est prêt à avoir les explications d'un plan d'action
Environnement :	Ont un chien depuis 3 mois. N'a jamais passé de test d'allergie pour les animaux	Lorsque son fils se colle avec le chien, ses yeux piquent et son nez coule. Papa a l'impression que si son fils se tient loin du chien n'a aucun symptôme. Croyances corrigées. Papa pas prêt à se départir de l'animal. Entente d'en discuter des mesures environnementales selon les résultats du test d'allergie et s'engage à exclure le chien de la chambre de Laurent en attendant.
Suivi	Compte-rendu envoyé à Dr XXX	Rendez-vous téléphonique dans 3 semaines pour : Analyser de l'agenda des symptômes : <ul style="list-style-type: none">- Vérifier prise de médication- Vérifier symptômes Expliquer le volet pharmacologique du plan d'action si prescrit Poursuivre éducation sur mesures environnementales

Exercices d'utilisation des outils : le compte-rendu

Conclusion : Nous souhaitons collaborer avec vous pour aider l'utilisateur (son père) à apprendre à gérer sa maladie. Voici mes questions :

Seriez-vous prête à **prescrire le volet pharmacologique d'un plan d'action** que je me chargerai d'expliquer à Monsieur? Si oui, inscrire ici la prescription du plan d'action svp ? (Inclus dans le courriel un modèle de plan d'action)

Compte tenu des symptômes oculaires et nasaux au contact du chien, acceptez-vous de référer XXXX en allergologie?

Tout autre commentaire de votre part est apprécié :

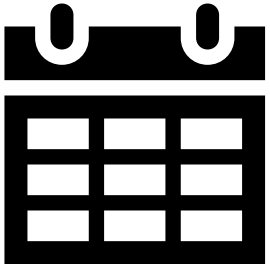
Merci beaucoup de votre collaboration Signature _____ Date : _____

Rappel de notions sur la rencontre éducative

(session d'éducation)

Avant la rencontre éducative

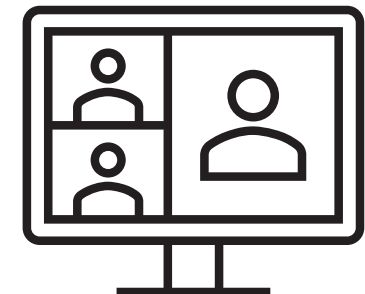
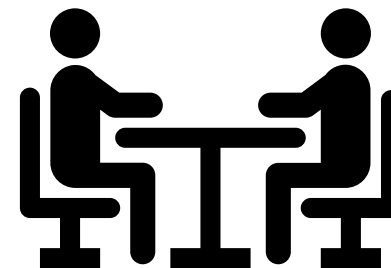
Il est important d'assurer un accès facile aux services pour l'utilisateur et de bien préparer la rencontre pour faciliter l'apprentissage :



- Qui prend le rendez-vous?
- Est-ce que les heures proposées conviennent?
- Devrait-t-on offrir des heures en soirée?
- Est-ce que le local est adéquat pour ne pas être dérangé (confidentialité, calme)?
- Est-ce que le matériel d'enseignement est à la portée de la main?
- Est-ce que l'éducateur est accessible suite à la rencontre?

Pendant la rencontre éducative

- Se présenter et expliquer les objectifs, le rôle du professionnel et de l'équipe
- Informer la personne de la durée de l'entrevue;
- Valider les préoccupations de l'utilisateur et y répondre immédiatement;
- Cerner la gravité de la maladie, le niveau de maîtrise et ce qui l'aggrave ou le déclenche (dans le cas de l'asthme);
- Trouver ensemble des choses à faire pour mieux maîtriser la maladie;
- Établir la relation d'aide nécessaire pour que l'utilisateur se sente partenaire de la démarche.
- Ne pas discréditer le médecin ou être moraliste.



Pour conclure la rencontre éducative

- Récapituler les points importants : les souligner dans les documents écrits remis;
- Lui faire expliquer ce qu'il a compris et retenu: "dites-moi dans vos mots ce que vous avez appris"
- Revenir sur le contrat d'apprentissage négocié avec l'utilisateur pour réitérer son engagement;
- Faire résumer les changements apportés par l'utilisateur dans sa démarche d'autogestion et le féliciter;
- Orienter ou référer aux ressources appropriées;
- Proposer un suivi approprié et expliquer les objectifs de la prochaine rencontre.
- S'assurer de la **sécurité** de l'utilisateur dans les décisions à prendre avant de le rendre responsable;

