

Education thérapeutique

Prise en charge des patients BPCO

Dossier pour le suivi de l'Education Thérapeutique

Demande d'Education Thérapeutique

Demande faite le

Par le patient

Par le Médecin

Nom

Prénom

Date de naissance

Lieu

Adresse

Tél domicile

Tél travail

Tél portable

Email

Profession

Médecins

Equipe médicale et paramédicale

Médecin traitant

Tél

Infirmière

Tél

Adresse

Kiné

Pneumologue

Tél

Tél

Adresse

Assistante Sociale

Tél

Signature du patient

Diagnostic Médical

Pneumologique

Autres

Diagnostic Chirurgical

Spirographie

Gaz du sang

VEMS*	% prédit	SpO2*	%
CVF		SaO2	%
VEMS/CVF	%	PaO2	mmHg
		PaCO2	mmHg

*Obligatoire

Traitements

Respiratoires

Autres

Chartes d'engagement de confidentialité et de déontologie

Les éducateurs et les intervenants du programme d'Education Thérapeutique de l'ARAILOR, s'engagent à respecter la confidentialité des informations concernant le patient et son entourage auxquelles ils auront accès au cours de sa prise en charge. Avec l'accord du patient, l'équipe d'éducateurs peut partager ces informations qui resteront confidentielles (Médecin traitant, Pneumologue, Kinésithérapeute, Infirmières...).

Les professionnels de santé s'engagent à respecter le secret professionnel, selon leur code de déontologie. Tous s'engagent à œuvrer dans l'intérêt du patient et de son entourage, en dehors de toute discrimination. Ils respectent les choix des patients et les tiennent constamment informé de l'évolution du programme d'Education Thérapeutique.

Remis au patient le :

Noms et Signatures des intervenants

Diagnostic Educatif

Diagnostic d'éducation

Questionnaire d'aide au diagnostic pour l'Education Thérapeutique

Qu'est-ce qu'il a ?

Faire le point avec le patient sur la maladie, son ancienneté, son évolution, sa sévérité, son traitement actuel, la fréquence et motif des hospitalisations. Connaître les problèmes de santé annexes et importants pour le patient.

- De quoi souffrez-vous ?
- Depuis quand êtes vous malade ? Quelle est votre maladie ?
- Comment a-t-on fait le diagnostic ?
- Comment évolue votre maladie depuis le diagnostic ?
- Pensez vous que la BPCO est une maladie grave ?
- Quel traitement prenez vous actuellement pour votre BPCO ?
- Avez-vous d'autres maladies ?
- Avez-vous été hospitalisé pour votre maladie ? Dans quelles circonstances ?

Qu'est-ce qu'il a ?

Qu'est-ce qu'il fait ?

La dimension socioprofessionnelle (vie quotidienne, loisirs, profession, activité, hygiène de vie, environnement social et familial) aide à préciser les compétences du patient à résoudre seul ses problèmes

A une activité professionnelle

- Quelle est votre profession actuelle ou antérieure ?
- Avez-vous eu plusieurs expériences professionnelles ?
- Quels ont été les motifs de changement ?
- Y a-t-il eu un retentissement sur votre maladie ? (lieu d'activité et conditions de travail)
- Pouvez-vous parler de l'impact de votre maladie sur votre vie professionnelle ?
- En quoi consiste votre métier, parlez nous de votre expérience ?
- Comment vous rendez-vous à votre travail ?

N'a pas d'activité professionnelle

- Quelle est votre situation actuelle ? (maladie, chômage, invalidité, prestations sociales)
- Vous n'avez jamais eu d'activité professionnelle ?

Loisirs, activités

- Qu'aimez-vous faire ?
- Sortez-vous ? De quelle manière ? (à pied, en voiture...) A quelle fréquence ?
- Quelles sont vos activités (domestiques, lecture, télé, club, association, bricolage...) Avez-vous des difficultés de lecture ?
- Partez-vous en vacances ? (comment ? seul ? en groupe ?)

Environnement social et affectif

- Où habitez-vous ? (campagne, ville, maison, appartement, immeuble, jardin, étages, mode de chauffage ...)
- Vivez-vous seul ? (marié, accompagné, enfants à charge, enfants éloignés...)
- Avez-vous des animaux ?
- Y a-t-il des choses que votre maladie vous empêche de faire ?
- Etes-vous aidé à la maison ? (ménage, cuisine, soins)
- Votre maladie a-t-elle une répercussion sur la vie sociale et familiale ?

Hygiène de vie

- Que représente pour vous l'hygiène de vie ? Qu'en faites-vous ?
- Où en êtes-vous par rapport au tabac ? (le vôtre et celui des autres)
- Avez-vous une activité physique ? seul, en groupe, encadrée.
- Parlez-nous de votre sommeil ?
- Votre alimentation semble-t-elle équilibrée ? Que pensez-vous de votre poids ?
- Votre maladie a-t-elle des répercussions sur votre vie amoureuse ?
- La pollution c'est quoi pour vous ? c'est où ?

Qu'est-ce qu'il fait ?

Qu'est-ce qu'il sait ?

On explore ici le niveau de connaissance du patient sur sa maladie (mécanisme de la maladie, facteurs aggravant), son traitement (rôle et mode d'action des médicaments, efficacité du traitement), pour s'intéresser à la nature, à la cohérence, au raisonnement et à l'organisation de ses connaissances.

Il est fondamental de savoir comment le patient explique sa maladie à quoi il l'attribue et d'identifier ses croyances et ses représentations. On peut utiliser des cartes conceptuelles pour situer le patient dans la représentation de ce qu'il sait.

- La BPCO ou bronchite chronique c'est quoi pour vous ? Peut-il y avoir une amélioration ?
- Peut-on en guérir ?
- Qu'est ce qui vous a rendu malade ?
- Quand vous respirez, qu'est-ce qui se passe ?
- Pour vous, y-a-t-il un lien entre le cœur et le poumon ? Y-a-t-il un lien entre l'air et le sang
- A quoi sert la respiration ? image du moteur respiratoire
- Comment représentez-vous votre poumon malade ?
- Comment peut-on mesurer la gravité de votre maladie ?
- Avez-vous une idée de l'âge de vos poumons ?
- Avez-vous une idée de ce qui peut aggraver votre essoufflement ?
- Connaissez-vous les conséquences de la BPCO sur votre organisme ?
- Que pensez-vous de la politique actuelle concernant le tabac ? et vous, où en êtes-vous ?
- Avez-vous des expériences avec d'autres drogues (alcool, cannabis, drogues dures...) ?
- Connaissez-vous votre traitement et pouvez-vous citer les médicaments pour votre BPCO (comprimés, sprays, aérosols, kiné, oxygène, ventilation) ?
- Comment agissent-ils ?
- Quand et comment les prenez-vous ?
- Que ressentez-vous quand vous les prenez ou quand vous oubliez de les prendre ?
- Que pensez-vous de votre traitement et qu'en attendez-vous ?
- Connaissez-vous d'autres patients ? avec d'autres traitements ?
- Ressentez-vous l'encombrement de vos bronches ? Comment le percevez-vous ? Qu'en faites-vous ?
- Quand et pourquoi toussiez-vous ?
- Pour vous, c'est quoi la kiné, quel est son rôle ?
- Comment faites-vous pour vous désencombrer ?
- Quand et comment faites-vous votre kiné ?
- Connaissez-vous les signes d'urgence ? Quand devez-vous contacter le médecin ou aller à l'hôpital ?
- Avez-vous des sources d'informations sur votre maladie ? sur les traitements ? (votre Médecin, les Equipes hospitalières, internet, journaux, revues, télé...)
- L'exacerbation, l'aggravation, c'est quoi pour vous ?

Qu'est-ce qu'il sait ?

Qui est-il ?

Stade dans le processus d'acceptation de la maladie (choc, déni, révolte, marchandage, dépression, acceptation), mise en évidence du vécu de la maladie et de sa gestion au quotidien (attitude face à l'aggravation), attente par rapport à l'éducation (pourquoi faire).

- Qu'est-ce que ça vous fait d'être malade ?
- Quelle idée vous faites-vous de votre maladie ?
- Comment vivez-vous votre maladie ?
- Quelles sont les questions que vous vous posez sur votre maladie ?
- Qu'est-ce que vous attendez d'une consultation ?
- Qu'est-ce qui vous inquiète dans votre maladie ? (pour vous, les autres, maintenant, plus tard...)
- Pour vous, la BPCO a-t-elle des conséquences, en avez-vous peur ?
- Qu'est-ce qui vous intéresse dans les séances d'éducation ? pourquoi ?
- Comment voyez-vous les séances d'éducation ?
- Qu'attendez-vous de cette éducation ?
- Où vous situez-vous ? (stade de la maladie)
- Quand vous allez moins bien, quelle est votre attitude ? Parlez-vous volontiers de votre maladie ? la famille, les collègues, les voisins sont-ils au courant ?

Qui est-il ?

Qu'est-ce que ça vous fait d'être malade

La réponse du patient et son attitude vous aident à le situer dans les stades d'acceptation de la maladie

Il ne s'agit pas d'un processus linéaire. Plusieurs attitudes et réponses possibles

Stades	Attitudes du patient	Paroles du patient
CHOC	Surprise, angoisse	<ul style="list-style-type: none"> • Je ne réalise pas bien • Je suis effondré • Ce n'est pas vrai, ce n'est pas possible
DENI	Détaché, pas concerné Favorise l'inobservance Menace de destruction	<ul style="list-style-type: none"> • Non, je ne suis pas malade • Ce n'est pas à moi que ça arrive • Quelle maladie
DENEGATION	Banalisation Rationalisation	<ul style="list-style-type: none"> • Il y a des maladies plus graves • Ce n'est pas tragique
REVOLTE	Agressif Revendicateur	<ul style="list-style-type: none"> • C'est la faute à si
MARCHANDAGE	Plus ou moins collaborateur manipulateur	<ul style="list-style-type: none"> • Je veux bien prendre un spray mais pas l'autre • Je veux bien quelques séances d'éducation mais pas plus
DEPRESSION	Triste, En retrait Silencieux	<ul style="list-style-type: none"> • Je réalise que je ne suis plus bon à rien
RESIGNATION	Passif Docile Soumis	<ul style="list-style-type: none"> • Je n'ai pas beaucoup d'espoir, je ne peux rien y faire • C'est ma maladie qui commande • Je suis une victime
PSEUDO ACCEPTATION	Refuse de se sentir malade (consciemment)	<ul style="list-style-type: none"> • Il existe des choses plus importantes
ACCEPTATION	Tranquille collaborant	<ul style="list-style-type: none"> • Je vis avec la maladie • Elle a trouvé sa place

Quel est son projet ?

Explore le besoin immédiat du patient et sa capacité à se projeter dans un avenir plus ou moins proche. Le travail de l'éducation consiste à construire cette projection en tenant compte de la réalité de la maladie : présentation du projet comme réalisable par l'éducation.

- Comment voyez-vous votre avenir ?
- Que ferez-vous quand vous irez mieux ?
- Qu'attendez-vous d'un meilleur contrôle de votre maladie ?
- Avez-vous un projet que vous aimeriez réaliser ?
- Que souhaitez-vous pour améliorer votre quotidien ?

<u>Quel est son projet ?</u>

Facteurs favorisant

Facteurs limitant

VQ 11 : Evaluation de la qualité de vie : auto questionnaire

D'après le laboratoire Epsilon

Date :

Les phrases suivantes expriment des sentiments sur les conséquences de votre maladie respiratoire. Pour chacune, cochez l'intensité qui vous correspond le mieux maintenant. Aucune réponse n'est juste, elle est avant tout personnelle.

	Pas de tout 1 Point	Un peu 2 points	Moyennement 3 points	Beaucoup 4 points	Extrêmement 5 points
1. Je souffre de mon essoufflement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Je me fais du souci pour mon état de santé	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Je me sens incompris(e) par mon entourage	<input type="triangle-up"/>	<input type="triangle-up"/>	<input type="triangle-up"/>	<input type="triangle-up"/>	<input type="triangle-up"/>
4. Mon état respiratoire m'empêche de me déplacer comme je le voudrais	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Je suis somnolent(e) dans la journée	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Je me sens incapable de réaliser mes projets	<input type="triangle-up"/>	<input type="triangle-up"/>	<input type="triangle-up"/>	<input type="triangle-up"/>	<input type="triangle-up"/>
7. Je me fatigue rapidement dans les activités de la vie quotidienne	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Physiquement, je suis insatisfaite de ce que je peux faire	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Ma maladie respiratoire perturbe ma vie sociale	<input type="triangle-up"/>	<input type="triangle-up"/>	<input type="triangle-up"/>	<input type="triangle-up"/>	<input type="triangle-up"/>
10. Je me sens triste	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. Mon état respiratoire limite ma vie affective	<input type="triangle-up"/>	<input type="triangle-up"/>	<input type="triangle-up"/>	<input type="triangle-up"/>	<input type="triangle-up"/>

	Somme	
<input type="checkbox"/>	/ 15	Score fonctionnel : somme des 3 réponses <input type="checkbox"/> et des points correspondants
<input type="radio"/>	/ 20	Score psychologique : somme des 3 réponses <input type="radio"/> et des points correspondants
<input type="triangle-up"/>	/ 20	Score relationnel : somme des 4 réponses <input type="triangle-up"/> et des points correspondants
Total	/ 55	

Guide d'utilisation du VQ-11©

Le VQ-11 est un auto-questionnaire bref de qualité de vie liée à la santé spécifique aux malades atteints de Broncho-Pneumopathie Chronique Obstructive (BPCO) [Celli, 2004 ; Prefaut & Ninot, 2009] de toute sévérité.

La qualité de vie est définie comme la perception qu'a un individu de sa place dans l'existence, dans le contexte de la culture et du système de valeurs dans lesquelles il vit, en relation avec ses objectifs, ses attentes, ses normes et ses inquiétudes [WHO, 2004].

Le VQ-11 est composé de 11 questions, chacune reflétant une facette de la qualité de vie liée à la santé :

Item	Domaine exploré
1. Je souffre de mon essoufflement	Dyspnée
2. Je me fais du souci pour mon état respiratoire	Anxiété
3. Je me sens incompris(e) par mon entourage	Soutien social
4. Mon état respiratoire m'empêche de me déplacer comme je le voudrais	Retentissements sur les activités de la vie quotidienne
5. Je suis somnolent(e) dans la journée	Sommeil
6. Je me sens incapable de réaliser mes projets	Projet de vie
7. Je me fatigue rapidement dans les activités de la vie quotidienne	Fatigue
8. Physiquement, je suis insatisfait(e) de ce que je peux faire	Compétence physique
9. Ma maladie respiratoire perturbe ma vie sociale	Handicap social
10. Je me sens triste	Dépression
11. Mon état respiratoire limite ma vie affective	Intimité

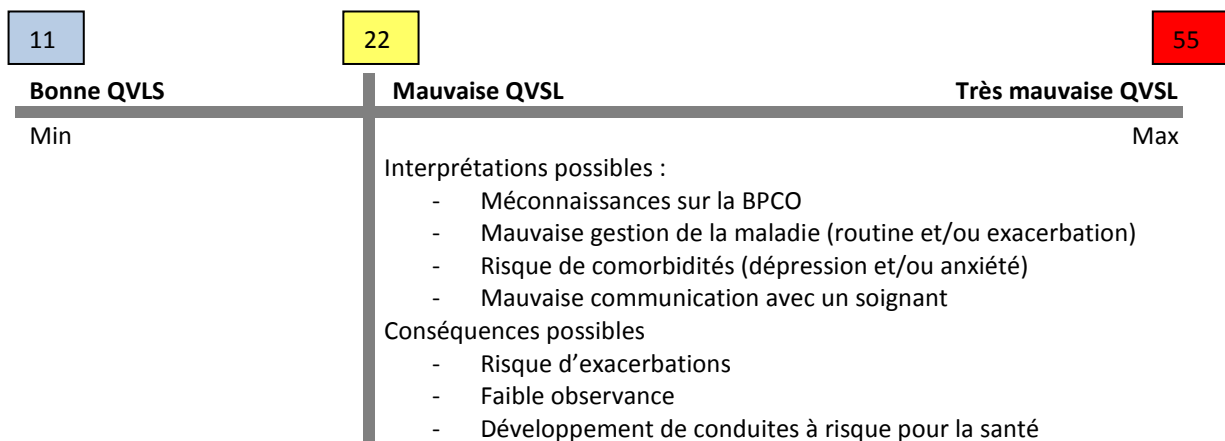
Tableau 1: Questions et domaines de la qualité de vie liée à la santé représentés dans le VQ-11

D'autres outils courts mesurant de manière valide et fiable la qualité de vie liée à la santé spécifique à la BPCO existent :

- Short Form Respiratory Disease Questionnaire (SF-CRDQ – non disponible en français)

- COPD Assessment Test (CAT)
- Visual Simplified Respiratory Questionnaire (VSRQ).

Détecter une mauvaise qualité de vie liée à la santé (QVLS) Interprétation du score total du VQ-11 pour un patient BPCO



Prescrire

Fonctionnel ≥ 8	Psychologique ≥ 10	Relationnel ≥ 10
<ul style="list-style-type: none"> - Réhabilitation respiratoire - Réentraînement à l'effort 	<ul style="list-style-type: none"> - Soutien psychologique - Education thérapeutique - Réhabilitation respiratoire 	<ul style="list-style-type: none"> - Soutien social - Soutien psychologique - Education thérapeutique

Date

Echelle HAD (Hospital Anxiety and Depression scale)

D'après la traduction de JP Lépine (L'évaluation clinique standardisée en psychiatrie. Éditions Médicale Pierre Fabre ; 1996)

Cet auto-questionnaire a pour but de nous aider à mieux percevoir ce que vous ressentez. Lisez chaque question et entourez la réponse qui convient le mieux à ce que vous avez ressenti ces derniers jours. Donnez une réponse rapide : votre réaction immédiate est celle qui correspond le mieux à votre état.

<p>A/ je me sens tendu, énervé</p> <ul style="list-style-type: none"> • la plupart du temps • souvent • de temps en temps • jamais 	<p>3</p> <p>2</p> <p>1</p> <p>0</p>	<p>D/ je me sens ralenti</p> <ul style="list-style-type: none"> • pratiquement tout le temps • très souvent • quelquefois • jamais 	<p>3</p> <p>2</p> <p>1</p> <p>0</p>
<p>D/ j'ai toujours autant de plaisir à faire les choses qui me plaisent habituellement</p> <ul style="list-style-type: none"> • oui : toujours • pas autant • de plus en plus rarement • presque plus du tout 	<p>0</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>3</p>	<p>A/ j'éprouve des sensations de peur et j'ai comme une boule dans la gorge</p> <ul style="list-style-type: none"> • très souvent • assez souvent • parfois • jamais 	<p>3</p> <p>2</p> <p>1</p> <p>0</p>
<p>A/ j'ai une sensation de peur, comme si quelque chose d'horrible allait m'arriver</p> <ul style="list-style-type: none"> • oui très nettement • oui, mais ce n'est pas trop grave • un peu, mais cela ne m'inquiète pas • pas du tout 	<p>3</p> <p>2</p> <p>1</p> <p>0</p>	<p>D/ j'ai perdu l'intérêt pour mon apparence</p> <ul style="list-style-type: none"> • totalement • je n'y fais plus attention • je n'y fais plus assez attention • j'y fais attention comme d'habitude 	<p>3</p> <p>2</p> <p>1</p> <p>0</p>
<p>D/ je sais rire et voir le côté amusant des choses</p> <ul style="list-style-type: none"> • toujours autant • plutôt moins • nettement moins • plus du tout 	<p>0</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>3</p>	<p>A/ j'ai la bougeotte et je ne tiens pas en place</p> <ul style="list-style-type: none"> • oui, c'est tout à fait le cas • un peu • pas tellement • pas du tout 	<p>3</p> <p>2</p> <p>1</p> <p>0</p>
<p>A/ je me fais du souci</p> <ul style="list-style-type: none"> • très souvent • assez souvent • occasionnellement • très occasionnellement 	<p>3</p> <p>2</p> <p>1</p> <p>0</p>	<p>D/ je me réjouis à l'avance de faire certaines choses</p> <ul style="list-style-type: none"> • comme d'habitude • plutôt moins qu'avant • beaucoup moins qu'avant • pas du tout 	<p>0</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>3</p>
<p>D/ je me sens gai, de bonne humeur</p> <ul style="list-style-type: none"> • jamais • rarement • assez souvent • la plupart du temps 	<p>3</p> <p>2</p> <p>1</p> <p>0</p>	<p>A/ j'éprouve des sensations de panique</p> <ul style="list-style-type: none"> • très souvent • assez souvent • rarement • jamais 	<p>3</p> <p>2</p> <p>1</p> <p>0</p>
<p>A/ je peux rester tranquillement assis au repos et me sentir détendu</p> <ul style="list-style-type: none"> • jamais • rarement • oui en général • oui toujours 	<p>3</p> <p>2</p> <p>1</p> <p>0</p>	<p>D/ je peux prendre plaisir à un bon livre ou à un bon programme radio ou télévision</p> <ul style="list-style-type: none"> • souvent • parfois • rarement • pratiquement jamais 	<p>0</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>3</p>

L'échelle HAD a été mise au point et validée pour fournir aux médecins non psychiatres un test de dépistage des troubles psychologiques les plus communs : anxiété et dépression.

Elle permet d'identifier l'existence d'une symptomatologie et d'en évaluer la sévérité. La note de 8 constituerait un seuil optimal pour anxiété et dépression.

On peut également retenir le score global (A + D) = le seuil serait alors de 19 pour les épisodes dépressifs majeurs et de 13 pour les états dépressifs mineurs.

L'addition des scores de chaque échelle, **Anxiété (A)** et **Dépression (D)** donne un résultat global entre 0 et 21 dont l'interprétation est pour chaque échelle.

Score A = /21

Score D = /21

0-7 normal 8-10 modéré 11-14 moyen 15-21 sévère

Comment va votre moral aujourd'hui ?

Evaluer par une note de 1 à 10 votre moral actuel. Entourez le chiffre qui correspond à votre réponse

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Pas du tout le moral

Je me sens très bien

SYNTHÈSE DU DIAGNOSTIC ÉDUCATIF

Réalisé le : à l'hôpital <input type="checkbox"/> à domicile <input type="checkbox"/> Par :

Demandeur Patient <input type="checkbox"/> Médecin traitant <input type="checkbox"/> Pneumologue <input type="checkbox"/>	Tél :
--	-------

Coordonnées autres Médecins : Médecin traitant <input type="checkbox"/> Pneumologue <input type="checkbox"/>	Tel
---	-----

SOIGNANT REFERENT POUR L'ETP :		
Nom :	Tel :	E-mail :

IDENTIFICATION DES DIFFICULTES DU PATIENT <input type="checkbox"/> Physiques <input type="checkbox"/> Sociales <input type="checkbox"/> Familiales <input type="checkbox"/> Economiques <input type="checkbox"/> Emotionnelles <input type="checkbox"/> Autres	<u>COMMENTAIRES</u>
---	---------------------

Projet du patient par ordre prioritaire :

Points forts pour l'éducation	Points faibles pour l'éducation
-------------------------------	---------------------------------

<p align="center">COMPETENCES DU PATIENT</p> <p align="center">Savoir, savoir faire, savoir être</p>	<p align="center">A acquérir</p>	<p align="center">Prioritaire</p>
<p>Comprendre sa maladie et les méfaits du tabac :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Prendre conscience de sa respiration - Savoir comment on respire et quelle est l'utilité de la respiration - Connaître les causes, les signes, les conséquences de la BPCO et se situer dans les stades de la maladie et du handicap - Mettre en place une stratégie d'arrêt du tabac - Connaître et comprendre les différents examens utiles au dépistage et à la surveillance de l'insuffisance respiratoire 		
<p>Anticiper l'aggravation de ses symptômes et maîtriser son souffle. Economiser son énergie. Gérer son stress et son anxiété :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reconnaître les facteurs d'aggravation et savoir comment les éviter - Apprendre des techniques de respiration pour maîtriser l'essoufflement - Apprendre les positions qui réduisent la gêne respiratoire - Apprendre à se désencombrer dans les grosses et petites bronches - Réduire la fatigue dans la vie de tous les jours - Rompre le cercle vicieux anxiété-essoufflement - Apprendre des techniques de relaxation 		
<p>Connaître, comprendre et prendre son traitement de la manière la plus efficace :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Connaître et comprendre les effets : (des broncho-dilatateurs, des corticoïdes, des antibiotiques) - Connaître les différents dispositifs et utiliser les bonnes pratiques d'inhalation L'oxygénothérapie La ventilation nasale La chirurgie - greffe 		
<p>Gérer la modification des symptômes, reconnaître l'infection, utiliser un plan d'action, partager ses difficultés et se faire aider :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Découvrir l'utilité d'un plan d'action - Apprendre à être attentif à ses symptômes - Connaître les signes d'aggravation et de gravité - Analyser et gérer une modification des symptômes - Faire appel à une personne ressource 		
<p>Mettre en pratique des bonnes habitudes de vie pour aller plus loin avec sa BPCO :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Observer régulièrement son traitement - Avoir une alimentation riche en protéines et équilibrée suivant les recommandations du PNNS (Programme National Nutrition Santé) - Faire de l'exercice adapté, régulièrement, avec ou sans prescription d'un réentraînement à l'effort (REE) - Améliorer la qualité de son sommeil - Maîtriser son souffle et son désencombrement dans sa vie sexuelle - Garder une vie sociale en améliorant ou modifiant ses rapports avec les autres. 		
<p>Autres :</p> <p>Parler de sa maladie à son entourage Identifier les signes d'une dépression pour chercher une aide Travailler sur la restauration de l'image de soi Parler de sa maladie et des traitements avec son médecin</p>		

--	--	--

Contrat, Informations et consentement du patient

Nom _____ Prénom _____

Le Médecin prescripteur _____

Autres Médecins _____

Soignants référents pour l'ETP _____

suite au diagnostic éducatif réalisé le _____ par _____ Vous
avez décidé de vous engager dans un programme d'éducation thérapeutique

Nous avons établi un programme d'éducation où les thèmes proposés dans le tableau suivant, seront abordés
avec votre accord. Ces objectifs d'éducation peuvent être réajustés ou modifiés selon les circonstances.

J'autorise les membres de l'équipe d'éducation à transmettre les informations de mon parcours d'éducation

- Au Médecin Prescripteur de l'éducation
- A mon Médecin traitant
- A mon Pneumologue
- Autres (Kinésithérapeute, Infirmière...)

Je suis informé de la possibilité de sortir du programme d'éducation à tout moment

Date

Le patient

L'Equipe Educative

**Suivi de l'Education thérapeutique du patient
et évaluation des séances**

850 rue Robert Schuman
ZAC du Breuil
54850 MESSEIN
Tél. : 03 83 51 03.09
Fax : 03 83 51 03.10
www.arairlor.asso.fr

Le Président,
Pr. Jean-Marie POLU
jm.polu@arairlor.asso.fr

La Secrétaire,
Sylvie CHERY
s.chery@arairlor.asso.fr

Monsieur

Messein, le

Monsieur,

Votre patient, M _____ souhaite bénéficier d'un programme d'Education Thérapeutique.

Vous trouverez ci-joint la synthèse du diagnostic éducatif.

Un programme personnel a été élaboré avec lui et plusieurs séances sont planifiées pour aborder les différents objectifs de cette éducation, qui devraient lui permettre de mieux vivre avec sa maladie

En fin de programme, vous recevrez un bilan de l'éducation de votre patient.

A votre demande (s.chery@arairlor.asso.fr ou **03.83.51.03.09**) la synthèse de chaque séance d'Education Thérapeutique vous sera adressée.

Nous restons à votre disposition pour le revoir si vous le jugez nécessaire.

Veillez agréer, Monsieur, nos salutations dévouées.

Programme Personnalisé d'éducation thérapeutique : Planification

Nom _____ Prénom _____

Médecin Prescripteur _____

Autres Médecins _____

Soignants référents pour l'ET _____

Programme initial renforcement reprise

Prise en charge associée

	Intervenants	Dates/périodes
Sevrage tabagique		
Accompagnement social		
Suivi diététique		
Suivi psychologique		
Suivi psychiatrique		
Autres		

Programme des séances d'éducation

Date	Intervenant	Thèmes	Séance collective	Séance individuelle

RESUME DE LA SEANCE D'EDUCATION THERAPEUTIQUE
DU / /

Dr :

Éléments particuliers depuis la dernière séance :

Changement dans la gestion de la maladie – Evaluation des changements :

OBJET DE LA SEANCE :

QUESTIONS, REACTIONS ET REFLEXIONS :

DECISION DE CHANGEMENT, MISE EN PLACE D'UNE STRATEGIE :

OBJECTIFS DE LA PROCHAINE SEANCE :

Nom Educateur

Fonction

Date du compte rendu

Courrier de fin du programme au médecin traitant, pneumologue et/ou prescripteur

Sera adapté à chaque patient en fonction des objectifs du patient et de son ressenti après le programme d'éducation thérapeutique

EVALUATION PARTAGEE DES COMPETENCES
= Faire le point, permettre la discussion sur les résultats
Avant et après l'éducation thérapeutique
















Chaque compétence est évaluée par le patient et l'éducateur sur la même échelle

Une croix **rouge** pour le patient
Une croix **noire** ou **bleue** pour l'éducateur

Questionnaire Avant
Après

Date :

MODULE 1 : Comprendre ma maladie et les méfaits du tabac

- | | |
|--|--|
| 1. Je sais comment on respire et quelle est l'utilité de la respiration |  |
| 2. Je connais les méfaits du tabac et je peux en parler |  |
| 3. Je comprends ce que veut dire BPCO |  |
| 4. Je connais les causes de ma BPCO |  |
| 5. Je connais les signes de ma BPCO |  |
| 6. Je connais les stades de la maladie |  |
| 7. Je sais me situer dans la gravité de la maladie |  |
| 8. Je comprends ce que veut dire insuffisance respiratoire |  |
| 9. Si je fume, j'ai mis en place une stratégie d'arrêt du tabac |  |
| 10. Je comprends l'utilité de la mesure du souffle et des gaz du sang artériel |  |
| - Spirométrie | |
| - Gaz du sang |  |
| 11. Je demande les résultats à mon médecin |  |
| 12. Je peux en parler avec lui |  |

MODULE 2 : Anticiper l'aggravation des symptômes, maîtrise du souffle, gestion du stress et de l'anxiété, économie d'énergie

1. Je connais les facteurs d'aggravation de ma BPCO



2. Je sais éviter les facteurs d'aggravation



3. Je connais les techniques de respiration pour maîtriser mon souffle



4. J'utilise ces techniques de respiration dans la vie de tous les jours et à l'effort



5. Je connais les positions qui réduisent la gêne respiratoire



6. J'adopte ces positions en cas de gêne respiratoire



7. Je connais les techniques de kinésithérapie de désencombrement



8. Je sais désencombrer les grosses bronches



9. Je sais désencombrer les petites bronches



10. J'utilise ces techniques plusieurs fois par jour, pour me désencombrer



11. Je connais les stratégies pour réduire ma fatigue dans la vie de tous les jours



12. Je reconnais mes signes d'anxiété



13. Je consulte quand j'ai des idées noires



14. j'arrive à contrôler mon stress



15. Je connais les techniques de relaxation
















16. J'utilise ces techniques de relaxation



17. Je me situe sur l'échelle de l'estime de soi



MODULE 3 : Connaitre, comprendre et prendre mon traitement de la manière la plus efficace

1. Je comprends les effets des bronchodilatateurs 
2. Je comprends ce que signifie courte ou longue durée d'action 
3. Je comprends et je connais les effets des corticoïdes 
4. Je comprends les effets des antibiotiques 
5. Je comprends l'intérêt de la forme inhalée 
6. J'utilise mes dispositifs d'inhalation 
7. Je connais le nombre de prise de mon traitement inhalé 
8. Je connais la bonne technique de mon traitement inhalé 
9. Je fais attention à la bonne technique à chaque prise 
10. J'applique les consignes d'hygiène pour mon dispositif d'inhalation 
11. Je connais les traitements de l'insuffisance respiratoire 
12. Je comprends l'intérêt de mon traitement par oxygène 
13. Je peux expliquer l'intérêt de ce traitement à mon entourage 

14. J'arrive à respecter la durée d'oxygène prescrite



15. Je sais manipuler et entretenir mon dispositif d'oxygène sans difficulté



16. Je connais les règles de sécurité pour l'oxygène



17. Je peux parler des règles de sécurité pour l'oxygène



18. Je comprends l'intérêt de la ventilation nasale



19. Je peux parler de l'intérêt de la ventilation nasale à mon entourage



20. Je sais manipuler mon dispositif de ventilation et mon masque



21. Je sais entretenir mon dispositif de ventilation et mon masque



22. J'arrive à respecter la durée de ventilation prescrite



23. Je pense que la chirurgie ou la greffe pourront être des traitements qui me concernent
















24. Je me sens à l'aise pour discuter de mon traitement avec mon médecin



25. Je me sens à l'aise pour discuter de mon traitement avec mon entourage



MODULE 4 : Gérer la modification de mes symptômes, reconnaître une infection, utiliser un plan d'action, partager mes difficultés et me faire aider

- | | | |
|-----|--|--|
| 1. | Je comprends l'utilité d'un plan d'action pour savoir quoi faire avec ma maladie |  |
| 2. | Je peux en discuter avec mon médecin et construire ensemble mon plan d'action |  |
| 3. | Je suis attentif à mes symptômes |  |
| 4. | Je sais analyser la modification de mes symptômes |  |
| 5. | Je connais les signes d'infection |  |
| 6. | Je connais les signes d'aggravation |  |
| 7. | Je connais les signes d'urgence |  |
| 8. | Mon entourage connaît les signes de gravité |  |
| 9. | Je sais parler de ma maladie avec mon entourage |  |
| 10. | Je sais prendre les décisions adaptées quand mes symptômes se modifient |  |
| 11. | mon entourage peut m'aider dans la gestion de ma maladie |  |
| 12. | je connais mes personnes ressources |  |
| 13. | Je sais faire appel à elles en cas de besoin |  |

MODULE 5 : Je mets en pratique les bonnes habitudes de vie pour aller plus loin avec ma BPCO

1. Je suis régulier dans mon traitement

- Médicaments



- Oxygène



- Ventilation



2. Je sais gérer mon alimentation en fonction de ma BPCO



3. Je connais les signes et les conséquences

- De la dénutrition



- De l'obésité



4. Je sais mettre en place des stratégies si j'ai des problèmes de poids



5. Je fais régulièrement de l'exercice



6. Je comprends l'intérêt du réentraînement à l'effort



7. Je sais mettre en place des stratégies pour améliorer la qualité de mon sommeil



8. Je sais maîtriser mon souffle et mon encombrement dans ma vie sexuelle



9. J'ose parler avec mon partenaire des positions qui facilitent ma vie sexuelle



10. J'ai une vie sociale (sortie, association, loisirs...)



11. Devant une nouvelle situation, je sais m'adapter

