



VOTRE PROGRAMME DE PRISE EN CHARGE DE L'ASTHME : VERS UN PLAN D'ACTION PERSONNALISE

Voici le programme d'éducation thérapeutique que nous désirons mettre en place avec vous.

Ce programme s'inspire des recommandations de l'Organisation Mondiale de la Santé :

- 1 - Obtenir un bon contrôle de l'asthme sous traitement de fond, permettant à la personne de mener une vie sociale, familiale ou professionnelle normale
- 2 - Ajuster les traitements de fond de l'asthme au fur et à mesure, de manière à recevoir une « dose minimale efficace quotidienne »
- 3 - Permettre à la personne asthmatique de réagir rapidement en cas de signes respiratoires afin de ressentir le moins de gêne possible

Une démarche en 2 temps :

1^{er} temps : nous vous proposons 3 ou 4 séances espacées sur une période de 1 à 3 mois. Il s'agit de faire le point sur vos connaissances :

- Que ressentez-vous lors d'une gêne respiratoire ?
- Quels sont les facteurs susceptibles de déclencher une crise ?
- Quels sont les traitements adaptés pour vous ?
- Que faire en cas de gêne respiratoire ?

2^{ème} temps : nous vous proposons de construire avec vous, selon vos besoins, un plan d'action personnalisé

- Un plan d'action personnalisé (PAP) est un document écrit qui détaille la conduite à adopter pour gérer la crise d'asthme en fonction de la sévérité et de sa durée. Vous disposez ainsi des clés pour bien agir.

A l'issue de ce programme, une phase de suivi pourra vous être proposée où nous vous aiderons au décours de vos consultations à optimiser au mieux la prise en charge de votre asthme.

N'hésitez pas à nous contacter pour plus d'informations.

**Centre d'enseignement de l'Asthme
Hôpital de la cavale Blanche - Batiment 1 RDC
CHRU Brest
02-98-14-50-41**