



au sein de  
Aérospatiale



## PARLONS-EN EN 7 POINTS

Les facteurs qui ont provoqué la survenue de votre crise et votre consultation aux urgences doivent être identifiés afin de pouvoir les éviter à l'avenir. Ces conseils simples ont pour objectif d'améliorer votre vie de tous les jours, de diminuer les crises et d'éviter d'autres consultations au service des urgences ou hospitalisations.

### 1 Rejouez le film des jours précédent votre hospitalisation :

- Vous est-il arrivé d'oublier de prendre votre traitement ?
- Êtes-vous exposé(e) à des allergènes (poussière de maison, chat, chien, etc...) ?
- Avez-vous fumé ? C'est peut-être le bon moment d'arrêter.
- Avez-vous l'impression de sous-estimer la gravité de votre maladie ?

Bref, il est temps de faire le point avec votre médecin traitant sur tous ces aspects ! Et donc...

### 2 Contactez rapidement votre médecin traitant ou votre spécialiste

dans les jours qui suivent votre sortie des urgences, pour adapter au mieux votre traitement.

### 3 Tous les médicaments sont importants !

Notamment les corticoïdes. En cas de traitement supplémentaire à la sortie des urgences, il est crucial pour votre santé de bien respecter les doses et la durée de votre traitement.

### 4 Prenez la main sur votre traitement !

Apprenez à mieux prendre votre traitement régulièrement et aux bonnes doses. En cas de doute, n'hésitez pas à appeler ou consulter votre médecin traitant.

© : THINK HUMAN est une marque enregistrée. MUNI4RIES091 Edition Décembre 2014. Réalisation



THINK HUMAN® [www.mundipharma.fr](http://www.mundipharma.fr)

\*Au cœur de l'humain



#### 5 Repérez quelques signes avant-coureurs d'une aggravation de votre asthme.



Par exemple, si vous utilisez votre inhalateur de secours plus de 2 fois par semaine pour calmer vos crises, vous avez besoin d'un traitement de fond. Prenez rendez-vous avec votre médecin traitant.

Si vous l'utilisez plus de 4 fois dans la journée, consultez votre médecin le jour-même !

#### 6 Vous n'êtes pas tout(e) seul(e) !



Des professionnels de santé (médecins, pharmaciens, infirmières, kinésithérapeutes...) et des asthmatiques (écoles de l'asthme par exemple) peuvent répondre à vos questions et vous accompagner au quotidien.

Par exemple :

- Association asthme et allergies : [asthme-allergies.org](http://asthme-allergies.org)
- Numéro vert Asthme & Allergies Infos Service :

N°Vert 0 800 19 20 21

APPEL GRATUIT

- La fondation du souffle : [www.lesouffle.org](http://www.lesouffle.org)

#### 7 Bougez ! Une activité physique régulière peut être bénéfique pour votre santé sans provoquer d'aggravation de votre asthme. Votre médecin peut éventuellement vous conseiller de prendre un traitement avant l'exercice.

### Pour en savoir plus



- Dossier d'information de la Haute Autorité de Santé : **Mieux vivre avec votre asthme : L'éducation thérapeutique pour bien gérer votre asthme au quotidien.** Disponible sur <http://www.has-sante.fr>
- Référez-vous à la notice de votre médicament.

Ce document a été réalisé par le Pr. Patrick RAY (Urgences-Hôpital Tenon) et avec le soutien institutionnel des Laboratoires MUNDIPHARMA. Diffusion exclusive par MUNDIPHARMA.



\*Au cœur de l'humain

THINK HUMAN® [www.mundipharma.fr](http://www.mundipharma.fr)



## Fiche de correspondance En cas d'une crise d'asthme aigüe

(A remplir avec votre patient)

Chère consœur, cher confrère, nous avons vu M. Mme .....

au service des urgences le ..... / ..... / .....

Nous lui avons suggéré de prendre contact rapidement avec vous dans le cadre du suivi de cet accès aigu et de la prise en charge de sa maladie asthmatique.

Les points suivants ont été abordés avec le patient dans le cadre de son éducation thérapeutique et devront être confortés lors du suivi :

INFORMATION DONNÉE	NIVEAU DE COMPRÉHENSION ESTIME		
	Acquis	Partiellement acquis	Non acquis
• Explications concernant les critères d'asthme non contrôlés et les facteurs le favorisant.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Vérification de la prise correcte du traitement (notamment les techniques d'inhalation).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Compréhension de la corticothérapie prescrite.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Conseils d'évitement (tabac, animaux domestiques, médicaments contre-indiqués, ...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

• Autre information : .....

Nom du médecin : .....

CACHET DU SERVICE