

Mieux vivre avec une MPOC^{MC}

Maladie pulmonaire obstructive chronique

Un plan d'action pour la vie



Un outil d'éducation aux patients

Table des matières

Anatomie et physiologie de la MPOC

Tabagisme et fonction pulmonaire

Facteurs qui peuvent aggraver les symptômes

Médicaments

Techniques d'inhalation

Techniques de respiration

Positions pour réduire l'essoufflement

Techniques de toux

Principes de conservation de l'énergie

Gestion du stress

Techniques de relaxation

Style de vie sain

Votre Plan d'action