

Mieux vivre **MPOC**^{MC} avec une

Maladie pulmonaire obstructive chronique

Un plan d'action pour la vie

Guide d'apprentissage pour les patients et leurs familles

Intégrer l'oxygénothérapie de longue durée dans votre vie

- Comprendre la nécessité d'un traitement d'oxygène de longue durée
- Bien utiliser votre équipement d'oxygène
- Vivre au quotidien avec l'oxygène



Ce guide appartient à :

2^{ème} édition, 2011

Ce que vous devez savoir pour prendre en charge votre MPOC

La MPOC est une maladie pouvant sérieusement affecter chaque aspect de votre vie. Ainsi, des activités simples que vous teniez pour acquises, comme marcher ou s'habiller, peuvent devenir très difficiles. Les poussées actives de la maladie, ou périodes d'aggravation des symptômes – principale cause d'hospitalisations chez les personnes atteintes de MPOC – peuvent réduire davantage votre qualité de vie. Heureusement, vous pouvez faire beaucoup pour surmonter et prévenir ces difficultés et améliorer votre bien-être. C'est d'ailleurs pourquoi nous avons élaboré cette série de modules sur l'autogestion de la MPOC.

Comment ce programme peut-il aider à l'autogestion de la maladie?

Il s'agit d'un programme éducatif qui vous permettra d'acquérir des compétences pour vous aider à prendre en charge votre maladie, et à adopter de nouvelles habitudes de vie plus saines. Cette série de modules est partie intégrante du programme « Mieux vivre avec une MPOC », fondé sur des expériences réelles.

Des experts médicaux et des patients atteints d'une MPOC – des gens comme vous – ont collaboré à la création de ces plans d'autogestion que vous pourrez adapter à votre situation. Les lignes directrices nationales et internationales confirment que l'éducation et l'autogestion sont des approches valables pour les personnes atteintes d'une MPOC.

Nous avons aussi évalué ce programme éducatif dans le cadre d'une étude clinique et les résultats sont très encourageants. Les patients qui ont utilisé ces modules en collaboration avec un professionnel de la santé, gestionnaire de cas ou personne-ressource et de leur médecin, présentaient moins d'exacerbations nécessitant une hospitalisation ou une visite à l'urgence. Leur qualité de vie s'étant aussi améliorée, ils pouvaient pratiquer plus d'activités et mieux vivre avec leur maladie.

Ce guide est à vous. Notez-y vos questions et/ou vos inquiétudes. Partagez-le avec vos proches afin qu'ils comprennent ce que vous vivez. Enfin, discutez-en avec votre gestionnaire de cas ou votre personne-ressource et votre médecin.

Bonne chance dans votre programme.

Jean Bourbeau, M.D.



Institut thoracique de Montréal
Centre universitaire de santé McGill (CUSM),
Montreal, Canada

Mme Diane Nault



Conseillère clinicienne en soins infirmiers
Service régional de soins à domicile pour malades
pulmonaires chroniques (GRSAD) de l'hôpital
Maisonnette-Rosemont, Montréal, Canada

Bienvenue dans le module « Intégrer l'oxygénothérapie de longue durée dans votre vie » de la série « Mieux vivre avec une MPOC »

Les patients atteints d'une MPOC ont souvent des craintes à l'idée de recevoir un traitement d'oxygène à domicile.

Mieux vivre avec une MPOC signifie bien connaître la maladie et ses traitements. L'oxygénothérapie fait partie intégrante du traitement de la MPOC.

Dans ce module, nous allons vous expliquer pourquoi vous avez besoin d'oxygène, comment les équipements d'oxygène fonctionnent et comment ce traitement peut vous aider à mieux vivre au quotidien.

Dans ce module, vous en apprendrez davantage sur :

- l'oxygénothérapie p 7
- l'utilité de l'oxygène p 9
- l'utilisation de votre équipement d'oxygène p 11
- mieux vivre au quotidien avec l'oxygène p 17

