



RECOMMANDATIONS POUR LA PRATIQUE CLINIQUE

**ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE DU
PATIENT ASTHMATIQUE**

ADULTE ET ADOLESCENT

Synthèse des recommandations

JUIN 2001

Service des recommandations et références professionnelles

SYNTHÈSE DES RECOMMANDATIONS

POURQUOI ?

L'éducation thérapeutique structurée est plus efficace que l'information seule. Elle comporte au minimum un apprentissage à l'autogestion du traitement par le patient (plan de traitement écrit, appréciation des symptômes et/ou mesure du débit expiratoire de pointe (DEP) et nécessite un suivi régulier.

POUR QUELS PATIENTS ?

L'éducation thérapeutique doit être proposée précocement à tous les patients asthmatiques, adultes et adolescents, en fonction du diagnostic éducatif et être renforcée lors du suivi.

Une attention particulière doit être portée aux patients porteurs d'un asthme sévère ou mal contrôlé et aux patients à risque d'asthme aigu grave.

PAR QUELS ACTEURS ?

Les professionnels impliqués à différents niveaux dans l'éducation thérapeutique, rassemblés ou non dans un même lieu de soins, sont : les médecins généralistes et les spécialistes ; les infirmiers ; les kinésithérapeutes ; les pharmaciens ; les psychologues ; les assistantes sociales ; les conseillers ou techniciens d'environnement.

Le rôle de soutien des familles et des proches est important en particulier chez l'adolescent.

DANS QUELS LIEUX ?

L'éducation thérapeutique se propose en consultation, ou lors d'une hospitalisation ou dans le cadre d'un centre spécifique ou d'un réseau de soins.

L'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE EST INTÉGRÉE AUX SOINS

Toute rencontre avec une personne asthmatique doit être l'occasion de maintenir, de renforcer ou d'amener le patient à acquérir de nouvelles connaissances, gestes et comportements.

Les séances éducatives sont une opportunité pour :

- évaluer avec le patient son asthme (contrôle et sévérité) ;
- s'assurer d'une bonne maîtrise et adhésion au traitement ;
- obtenir une bonne maîtrise de l'environnement ;
- maintenir l'activité physique.

LA DÉMARCHE ÉDUCATIVE : 4 étapes

1. Adapter l'éducation thérapeutique à chaque personne asthmatique grâce au diagnostic éducatif. Cinq questions pour cerner le patient, ses besoins et ses attentes : qu'est-ce qu'il (elle) a ? Qu'est-ce qu'il (elle) fait ? Qu'est-ce qu'il (elle) sait ? Qui est-il (elle) ? Quel est son projet ?
2. Se mettre d'accord avec le patient sur les compétences qui lui sont les plus utiles à acquérir (sécurité, autonomie).
3. Proposer au patient des activités éducatives construites dans le temps de manière programmée : information orale renforcée par une information écrite, apprentissage à l'autogestion de l'asthme, application pratique, aide psychosociale.
4. Évaluer les réussites, les difficultés de mise en œuvre par le patient dans sa vie quotidienne.

Le patient doit pouvoir bénéficier d'une synthèse des données le concernant, faite par le médecin ou l'un des membres de l'équipe, et transmise aux professionnels concernés.

LE SUIVI ÉDUCATIF

Au cours des séances d'éducation, le suivi porte sur :

- l'évaluation des compétences acquises, à maintenir et à renforcer ;
- l'évolution de la pratique des techniques d'inhalation ;
- les difficultés d'autogestion du traitement par le patient ;
- le vécu de la maladie au quotidien ;
- le maintien des séances éducatives planifiées et l'utilité d'en prévoir d'autres.

LE SUIVI MÉDICAL

Au cours des visites médicales programmées, le suivi porte sur :

- l'évaluation de l'asthme (contrôle et sévérité) ;
- l'adaptation du traitement de fond ;
- l'adaptation du plan d'action ;
- le contrôle de l'environnement et l'arrêt du tabac ;
- la fréquence des exacerbations, du recours aux urgences, des consultations non programmées, des hospitalisations, des séjours en réanimation, de l'absentéisme professionnel ou scolaire.

Exemples de compétences à dominante intellectuelle¹, gestuelle² et de relation à autrui³ libellées en termes de capacité à développer par le patient.

L'évaluation de l'asthme et la compréhension de la maladie

Percevoir la présence de symptômes indiquant l'évolution de son état respiratoire vers la crise d'asthme

- Reconnaître les signes annonciateurs d'une aggravation de l'asthme
- Interpréter une gêne respiratoire

Mesurer correctement son DEP

Exprimer ses représentations et son vécu sur la maladie et son traitement

Réagir en décidant de faire appel à un médecin en temps opportun selon des critères préétablis de détérioration de l'état respiratoire

Le traitement pharmacologique

Expliquer l'action des médicaments en s'aidant éventuellement des mécanismes de l'asthme

- Différencier l'action du traitement de fond et du traitement de la crise
- Différencier une inflammation des bronches et un bronchospasme

Utiliser correctement un aérosol-doseur standard (éventuellement avec une chambre d'inhalation) ou auto-déclenché ou un dispositif à poudre

Interpréter la valeur observée du DEP et des symptômes ressentis pour se situer dans l'une des trois zones d'autogestion du traitement (verte, orange, rouge)

- Noter sur son carnet de suivi les résultats de son DEP et les événements, le contexte dans lequel surviennent les crises d'asthme

Adapter son traitement en tenant compte du plan de traitement écrit et défini avec le médecin, en cas d'exacerbation

Adapter son traitement en fonction des risques présents dans son environnement personnel, social et lors d'un changement de contexte

Expliquer à l'entourage la maladie et la conduite à tenir lors d'une crise d'asthme

Sélectionner les informations utiles concernant sa maladie, son traitement (revues, magazines, Internet)

Le contrôle de l'environnement

Agir sur la présence de facteurs asthmogènes dans son environnement domestique, sa vie sociale et professionnelle

- Identifier la présence d'allergènes dans son environnement
- Identifier les situations asthmogènes afin d'adopter une attitude de prévention

Adapter ses activités quotidiennes et de loisirs en fonction de la pollution atmosphérique

Programmer avec l'aide du médecin un arrêt du tabac

- Reconnaître les méfaits du tabac sur son état respiratoire
- Limiter la quantité de cigarettes consommées et les occasions de fumer

Agir sur son environnement pour réduire le risque lié à l'exposition tabagique passive

La pratique de l'exercice physique

Pratiquer de l'exercice physique en fonction de sa tolérance à l'effort

- Reconnaître l'absence de contre-indication de toute activité physique, à l'exception de la contre-indication légale de la plongée sous-marine avec bouteille

Améliorer sa tolérance à l'effort (séances de kinésithérapie)

¹ Connaissances, interprétation de données, résolution de problème, prise de décision, développement de l'esprit critique.

² Habileté technique.

³ Capacité à transmettre des informations concernant son état de santé.