

# Enseignement thérapeutique en groupe pour les patients asthmatiques et leurs proches

## Contenu d'un enseignement thérapeutique

- Le patient apprend à
- reconnaître rapidement ses symptômes d'asthme
  - identifier ses facteurs déclenchants, apprendre à les éviter ou prévenir leur action
  - savoir ce qui se passe dans l'asthme (broncho-spasme et inflammation)
  - connaître le rôle des médicaments (traitement de fond, traitement d'urgence)
  - utiliser les outils: technique d'inhalation, mesure du Peak-Flow et interprétation (agenda), utilisation du plan d'action: quand et qui appeler à l'aide
  - acquérir les techniques respiratoires adéquates lors d'une crise

**Les patients asthmatiques vivent leur asthme de façons différentes les uns par rapport aux autres selon l'intensité de leur affection et son influence sur leur vie quotidienne. Dans le cadre d'un enseignement thérapeutique, l'approche de la maladie est centrée sur le patient. C'est à partir du vécu de l'asthme par le patient que se construira notre enseignement. L'objectif est d'améliorer la qualité de vie du patient par un contrôle optimal de l'asthme.**

## Comment apprendre à contrôler son asthme?

L'asthme est une affection de longue durée dont le contrôle demande des compétences qui vont s'acquérir aux cours des entretiens avec des professionnels de la santé, que ce soit en consultation individuelle ou en groupe. Les patients apprennent ce qu'est l'asthme (bases théoriques et pratiques: voir «encadré») et comment réagir en cas d'aggravation.

## Notre activité dans le cadre de la Ligue pulmonaire genevoise

Depuis plusieurs années un enseignement en petits groupes, à raison de trois fois une heure et demie à une semaine d'intervalle, est donné dans le cadre de la Ligue. L'enseignement se fait sous forme interactive et c'est à partir de ce que nous décrivent les patients que nous structurons notre cours. De cette façon les patients participent de façon active et réalisent ce que d'autres ressentent et vivent au quotidien. Le plan d'action de l'asthme (se référer au site [www.lp-ge.ch](http://www.lp-ge.ch) > Asthme > Adultes), outil utilisé pour le contrôle de l'asthme, est notre fil rouge tout au long des trois séances.

## Notre objectif: optimiser la qualité de vie par une gestion adéquate de l'asthme

Concernant les médicaments, les patients apprennent à distinguer parmi ceux qu'ils utilisent, ceux pris pour le traitement de fond et ceux indiqués pour l'urgence. Lors de la 2<sup>e</sup> séance, un atelier permet aux participants de s'entraîner aux techniques d'inhalation. Une sensibilisation aux apti-



Cours donné à l'Espace Médiane, Ligue pulmonaire genevoise, Genève.

tudes respiratoires en cas de crise est enseignée par Anne-Françoise Naef, physiothérapeute respiratoire. Enfin, des situations d'aggravation de l'asthme sont proposées aux participants afin qu'ils proposent des stratégies d'évaluation, de traitement et de contrôle de l'asthme qui seront discutées en groupe. Un plan d'action individualisé est remis à chaque participant en fin de cours dont une copie est envoyée au médecin traitant correspondant.

Par cet enseignement nous espérons aider le patient dans la gestion de son asthme par l'acquisition de compétences dont l'objectif vise à optimiser sa qualité de vie au quotidien.



Dr Christiane Courteuse, pneumologue