

# PRÉPAREZ VOS VISITES POUR UN MEILLEUR SUIVI

Ce guide est conçu pour vous aider à avoir des discussions plus ouvertes avec votre médecin au sujet de votre asthme. Celui-ci contient des suggestions pour préparer au mieux vos rendez-vous (avant, pendant et après la consultation).

## 1. AVANT VOTRE VISITE : RASSEMBLER LES INFORMATIONS

### QUELLE EST VOTRE EXPÉRIENCE ?

Indiquez dans le tableau ci-dessous les informations que vous souhaitez partager avec votre médecin sur votre état de santé depuis votre dernière consultation. Le suivi de vos symptômes, qu'il s'agisse de nouveaux symptômes ou de ceux que vous avez depuis un certain temps, permet à votre médecin d'évaluer l'impact de votre asthme sur votre vie quotidienne.

DEPUIS VOTRE DERNIER RENDEZ-VOUS	OUI	NON	COMMENTAIRES
----------------------------------	-----	-----	--------------

Avez-vous eu des symptômes d'asthme plus de deux fois par semaine ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
---	--------------------------	--------------------------	--

Avez-vous remarqué une évolution de vos symptômes d'asthme ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
--	--------------------------	--------------------------	--

Vos symptômes d'asthme vous ont-ils réveillé(e) la nuit ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
---	--------------------------	--------------------------	--

Avez-vous des inquiétudes concernant la prise de vos médicaments actuels pour lutter contre votre asthme ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
--	--------------------------	--------------------------	--

Avez-vous utilisé un inhalateur de secours plus de deux fois par semaine ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
--	--------------------------	--------------------------	--

Votre asthme vous a-t-il gêné(e) dans vos activités quotidiennes au travail, à l'école ou à la maison ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
---	--------------------------	--------------------------	--

<b>AU COURS DE LA DERNIÈRE ANNÉE,</b> avez-vous effectué une visite d'urgence chez un médecin en raison de votre asthme ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
--	--------------------------	--------------------------	--

Notez les difficultés que vous avez rencontrées pour gérer votre asthme. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## 2. PENDANT VOTRE VISITE : PARTAGER ET DEMANDER

### PARTAGER

Remplissez cette liste et partagez-la avec votre médecin, ainsi que le tableau de la page 1. Ces outils vont permettre à votre médecin d'évaluer l'impact de votre asthme sur votre vie quotidienne.

- J'ai essayé de gérer mon asthme par le passé en \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Je m'inquiète de \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Si mon asthme était mieux contrôlé, je pourrais \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Mes objectifs de traitement à long terme sont \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Autres éléments à partager \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

### PROCHAIN RENDEZ-VOUS

Date

Heure

### INFORMATIONS SUR LE MÉDECIN

Nom

Téléphone

E-mail

### DEMANDER

Pendant votre rendez-vous, notez les réponses aux questions que vous posez à votre médecin.

- Comment puis-je mieux contrôler mon asthme ?  
\_\_\_\_\_
- Quel est mon type d'asthme et quel impact a-t-il ?  
\_\_\_\_\_
- Quel régime alimentaire et quel programme d'exercice me recommandez-vous ?  
\_\_\_\_\_
- Que puis-je faire lorsque mon asthme est particulièrement difficile à gérer ?  
\_\_\_\_\_

