

Repenser votre Asthme

003

DISCUTER AVEC
VOTRE MÉDECIN

UNE COLLECTION DE 5 MAGAZINES POUR VOUS AIDER
À MIEUX VIVRE AVEC VOTRE ASTHME SÉVÈRE

« Quelle est la meilleure
façon de parler
de mon asthme? »



« Vivre avec mon
asthme, me
fait me sentir
tellement seul.
En parler me sort
de l'isolement »

IDENTIFIER TOUTES VOS RESSOURCES

Echanger avec votre médecin et maintenir un dialogue constant peut vous aider à mieux gérer votre asthme.

Votre équipe soignante peut vous tenir à jour des dernières recherches sur l'asthme et vous aider à mieux le comprendre.

Elle peut aussi vous apporter d'autres ressources pour vous aider dans votre Plan d'Action de l'Asthme, dont les communautés de patients, les associations de patients, et des psychologues pour vous aider à gérer l'impact émotionnel de la maladie.

LE SAVIEZ-VOUS?



Beaucoup de patients ont le sentiment d'être atteints d'asthme, vivent avec leurs symptômes et n'attendent plus de soutien supplémentaire de la part de leur médecin, ce qui peut les priver d'une prise en charge optimale de leur asthme.

INITIER LE DIALOGUE

Beaucoup de patients atteints d'asthme ont le sentiment d'être moins actif qu'ils ne le souhaiteraient dans la prise de décision, et voudraient collaborer davantage avec leur médecin. Il est important d'être transparent avec votre médecin, ouvrir le dialogue peut influencer positivement la prise en charge de votre asthme.

Et parce qu'il n'y a pas 2 patients avec le même asthme, parler à votre médecin et lui poser des questions au sujet de votre asthme est très important pour vous aider à atteindre un meilleur contrôle de votre asthme.

Voici quelques questions qui peuvent vous aider à initier le dialogue :

- » De quel type d'asthme suis-je atteint ?
- » Est-ce que des changements dans mon mode de vie peuvent rendre la prise en charge de mon asthme plus efficace ?
- » Qu'est-ce qui, dans mon environnement, peut être un facteur déclenchant de mes symptômes ?
- » Y a-t-il des groupes de soutien pour les personnes atteintes d'asthme ?
- » Devrais-je tenir un carnet pour le suivi de mes symptômes ?



« Ça m'aide de
parler à mon
médecin du quoi
et du pourquoi »

UN *PETIT* CHANGEMENT PEUT FAIRE UNE *GRANDE* DIFFÉRENCE

Maintenir le contact avec votre médecin vous permet de suivre votre asthme et vous aide à mieux gérer les facteurs déclenchants et les symptômes. Vous pouvez faire de simples changements qui vont avoir des impacts positifs sur votre qualité de vie.



LE SAVIEZ-VOUS ?

Des études montrent une différence de perception entre les patients et les médecins face à l'asthme et sa prise en charge. C'est pourquoi il est important d'échanger ouvertement avec votre équipe soignante au complet.

UN PLAN D'ACTION DE L'ASTHME PERSONNALISÉ (PAAP) PEUT VOUS AIDER À CONTRÔLER VOTRE ASTHME :

Les patients asthmatiques et leurs médecins peuvent percevoir différemment ce qu'est un asthme bien contrôlé.

Dans une étude

75%

des patients déclaraient ne parler à leur médecin qu'en cas de problème!



« J'ai appris à quel point il était important de se sentir soutenu »

DU SOUTIEN EXISTE POUR VOUS

Vivre avec une maladie chronique comme l'asthme peut provoquer de la crainte et de l'anxiété. La qualité de vie est significativement impactée avec un asthme non contrôlé par rapport à un asthme contrôlé.

C'est pourquoi il est important de se rappeler que vous n'êtes pas seul face à votre asthme.

Rester en contact avec les membres de votre famille qui ont une expérience directe avec votre pathologie et contacter des groupes de soutien peuvent vous aider à être plus confiant.

QU'EST-CE QUE VOTRE « ÉTAT NORMAL » ?

La fréquence et l'intensité de vos crises et autres symptômes peut affecter votre capacité à être sociable et actif. Suivre ces deux derniers peut vous aider à initier un meilleur dialogue avec votre médecin.

Depuis votre dernière visite :

- » Avez-vous eu des symptômes plus de 2 fois par semaine ?
- » Avez-vous remarqué une évolution de vos symptômes ?
- » Est-ce que vos symptômes vous réveillent la nuit ?
- » Avez-vous des doutes concernant votre traitement actuel ?
- » Utilisez-vous votre inhalateur de secours 2 fois ou plus par jour ?
- » Est-ce que votre asthme vous limite dans vos activités au travail, à l'école ou à la maison ?
- » Dans la dernière année, êtes-vous allé aux urgences à cause de votre asthme ?



« J'essaye d'être plus attentif à ce que je vois, fais et spécialement à comment je me sens »

PARLER AVEC VOTRE ÉQUIPE SOIGNANTE EST LE MEILLEUR MOYEN D'AVANCER.

Maintenir le contact avec votre médecin peut vous aider à rester informé des dernières avancées et à discuter de la façon dont votre asthme affecte réellement votre vie.

Téléchargez les 5 magazines dédiés à vous aider à mieux vivre avec l'asthme sur asthme-severe.fr

Repenser votre Asthme



MAGAZINE 001
COMPRENDRE LE
CONTRÔLE DE
L'ASTHME



MAGAZINE 002
CONNAÎTRE VOTRE
ASTHME



MAGAZINE 003
DISCUTER AVEC VOTRE
MÉDECIN



MAGAZINE 004
PLAN D'ACTION POUR
CONTRÔLER VOTRE
ASTHME



MAGAZINE 005
RESTER SUR LA BONNE
VOIE

SANOFI GENZYME  **REGENERON**

Sanofi aventis France - 82 avenue Raspail - 94250 GENTILLY

Sanofi Genzyme et Regeneron s'engagent à faire avancer la recherche en pneumologie pour répondre aux besoins non satisfaits des patients souffrant d'asthme sévère non contrôlé.