

# Plan d'action : Exacerbation de BPCO/ d'asthme - le

Fait pour Mme/M

Avec Dr

Le plan d'action est un plan de traitement pour vous aider à maîtriser votre maladie lorsque vos symptômes s'aggravent.

Votre plan d'action comprend :

- Les médicaments que vous utilisez tous les jours (nom, image, photo, posologie...)

- Les médicaments que vous devez utiliser lorsque vos symptômes s'aggravent




Coordonnées des personnes à contacter si vous avez des problèmes avec vos symptômes ou votre traitement :

Médecin traitant  
Pneumologue  
Pharmacien  
Personne ressource

***Ce plan d'action a été développé par l'équipe du SSR de l'hôpital Bichat***

# Plan d'action : Exacerbation de BPCO / d'asthme

A construire et adapter avec le patient +++

<b>ZONE VERTE</b> Je me sens bien	
<b>Je suis dans mon état habituel</b> <input type="checkbox"/> J'ai un essoufflement habituel : <input type="checkbox"/> Je suis capable de faire mes activités habituelles <input type="checkbox"/> Toux et crachat habituels <input type="checkbox"/> Fatigue : <input type="checkbox"/> Moral : <input type="checkbox"/> Mon appétit est conservé <input type="checkbox"/> Mon DEP est à :	 <ul style="list-style-type: none"><li>✓ J'évite les facteurs qui peuvent aggraver mes symptômes</li><li>✓ Je prends mes traitements habituels</li><li>✓ Je pratique mon drainage bronchique</li><li>✓ Je fais de l'exercice régulièrement</li><li>✓ J'évalue mon état de santé régulièrement</li></ul>
<b>ZONE orange</b> Je suis plus essoufflé que d'habitude	
<b>Je me sens moins bien que d'habitude :</b> <input type="checkbox"/> J'ai un essoufflement inhabituel <input type="checkbox"/> Je suis essoufflé lors d'activités pour lesquelles je ne suis pas essoufflé habituellement <input type="checkbox"/> Toux et crachat en augmentation <input type="checkbox"/> Fatigue inhabituelle <input type="checkbox"/> Augmentation de l'anxiété <input type="checkbox"/> Mon DEP <	 <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Je recherche les facteurs qui peuvent aggraver mes symptômes (en particulier : anxiété, contrariété, émotivité)</li><li>✓ J'évalue la durée d'aggravation de mes symptômes</li><li>✓ J'évite les facteurs qui peuvent aggraver mes symptômes</li><li>✓ Je prends mes traitements habituels et fais mon drainage bronchique</li><li>✓ J'augmente mon traitement...</li></ul> <p><b>J'évalue mon état de santé régulièrement</b> <b>Si l'aggravation de mes symptômes dure plus de 48h =&gt; je consulte mon médecin</b></p>
<b>ZONE rouge</b> SITUATION D'URGENCE	
<input type="checkbox"/> Essoufflement au moindre mouvement. <input type="checkbox"/> Agitation, confusion, somnolence <input type="checkbox"/> Coloration bleutée des ongles ou des lèvres <input type="checkbox"/> Douleurs thoraciques	 <p><b>Une consultation urgente s'impose</b>, si je n'arrive pas à joindre mon médecin très rapidement, j'appelle IMMEDIATEMENT le SAMU (composer le 15 par téléphone fixe ou 112 ou 911 d'un portable).</p>

*Ce plan d'action a été développé par l'équipe du SSR de l'hôpital Bichat*