

# Obtenez l'aide nécessaire pour mieux gérer vos problèmes respiratoires à la maison

Il est difficile de s'adapter aux symptômes de toux, de respiration sifflante et d'essoufflement qui accompagnent la maladie pulmonaire obstructive chronique (MPOC). Ceux-ci peuvent rendre difficile l'accomplissement de vos activités quotidiennes. Il existe un programme d'encadrement en santé et de surveillance à distance d'une durée de six mois intitulé « Télésoins à domicile » qui peut vous aider. Ce programme est disponible aux patients sans frais et est conçu tout particulièrement pour soutenir les gens atteints de la MPOC, ce qui comprend les états comme l'emphysème et la bronchite chronique.



## Simple et personnalisé

Ce programme vise à rendre la gestion de votre état aussi simple que possible. Il tient compte de vos besoins particuliers et se concentre sur les particularités de votre état de santé. Il comprend aussi de l'encadrement pour vous aider à atteindre les objectifs de vie qui vous sont les plus importants, comme être plus actif sur le plan physique, passer du temps de qualité en famille, participer à des loisirs qui vous sont agréables ou être capable de travailler.



## Dans le confort de votre demeure

La surveillance à domicile à distance veut dire que vous passerez moins de temps à voyager à des rendez-vous médicaux, dans les hôpitaux et à vous rendre aux services d'urgence. Cela veut aussi dire que vous apprendrez à surveiller pour des signes d'aggravation de votre état de santé et aussi comment vous occuper de vous-même.



## Encadrement et établissement d'objectifs

Faites part de vos objectifs à votre infirmier ou infirmière qui vous aidera à prendre des décisions positives à l'égard de votre mode de vie et de vos comportements. En travaillant ensemble, vous réussirez à établir un plan d'action. Votre infirmier ou infirmière vous fournira de l'encadrement et de l'encouragement pour vous aider à atteindre vos objectifs, comme arrêter de fumer, faire plus d'activité physique et manger plus sainement.



## Surveillé par le personnel infirmier

Un membre du personnel infirmier spécialement formé surveille votre état de santé à distance. Si les appareils laissent entendre un changement de votre état de santé, votre infirmier ou infirmière communiquera avec vous afin de prendre compte de ce qui pourrait contribuer au problème et pour discuter de la façon de vous garder en bonne santé. Les renseignements sur votre état de santé seront communiqués à votre médecin de famille.

PRENEZ LE CONTRÔLE

## À quoi ressemblera votre expérience :

1

### Personnalisez votre programme.

La surveillance et l'encadrement sont fondés sur votre état et vos besoins uniques. Ensemble, vous et votre infirmier ou infirmière aborderez vos enjeux de santé particuliers et travaillerez à atteindre vos objectifs particuliers.

2

### Recevez votre trousse de santé.

Vous recevrez une trousse d'équipement facile à utiliser pour mesurer quotidiennement votre pression artérielle, le niveau de saturation d'oxygène de votre sang et votre poids; elle comprend aussi une tablette électronique. Vous apprendrez comment votre corps fonctionne et ce qui pourrait être une bonne influence, et pas si bonne, sur votre état de santé.

3

### Branchez-vous à vos infirmiers.

Votre infirmier ou infirmière vous téléphonera régulièrement pour constater votre santé et discuter de vos progrès envers vos objectifs. Ensemble, vous trouverez des occasions d'apporter des changements simples, et de les maintenir, visant à améliorer votre vie.

4

### Réussir le programme!

Après la période de six mois, vous aurez les capacités nécessaires pour gérer votre état de la meilleure façon possible. Avant la fin de votre programme, votre infirmier ou infirmière s'assurera que vous avez les outils dont vous avez besoin pour continuer à vivre le plus sainement possible.

Pour de plus amples renseignements, veuillez consulter :

[www.OntarioTelehomecare.ca](http://www.OntarioTelehomecare.ca)

Une gracieuseté de :



[otn.telehomecare](http://otn.telehomecare)

