

C'EST QUOI L'ETP ?



L'Éducation Thérapeutique du Patient (ETP) est destinée à aider une personne ainsi que son entourage, à **maintenir ou acquérir des compétences** dont elle a besoin pour **mieux se soigner et mieux vivre son quotidien** avec sa maladie. *Organisation Mondiale de la Santé, 1996*

Ce que l'ETP peut m'apporter :

- **Prendre soin de ma santé** : trouver du plaisir à pratiquer une activité physique, avoir une alimentation adaptée, gérer mes médicaments, faire face à un problème de santé...
- **Être mieux compris** par mon entourage : savoir comment en parler à ma famille, mes amis, mes collègues de travail...
- **Bien vivre au quotidien** : maintenir une vie intime, organiser mon prochain voyage, aller au restaurant, avoir des aides...
- **Être moins seul et avoir confiance en moi** : en parler avec des professionnels de santé spécialisés et partager mon vécu avec d'autres personnes vivant avec la même maladie.

Comment cela peut se présenter ?

- En **action d'accompagnement** : son objet est d'apporter une assistance et un soutien aux malades ou à leur entourage dans la prise en charge de leur maladie.
- En **action éducative ciblée et personnalisée** : apprentissage pratique, ponctuel, mis en œuvre par un professionnel de santé formé à l'ETP pour répondre à un besoin précis lié à votre stratégie thérapeutique.
- En **programme d'ETP** : plusieurs séances éducatives en groupe en individuel, mis en œuvre par une équipe pluriprofessionnelle formée à l'ETP dont le contenu est adapté à vos besoins. Il peut durer quelques jours à plusieurs mois.



Promouvoir l'Éducation Thérapeutique du Patient en Centre-Val de Loire

L'ETP près de chez moi, c'est ici :

prevaloir.fr

Le site Internet de
l'Éducation Thérapeutique
du Patient
en région Centre-Val de Loire



PARLONS-EN

Avec l'Éducation
Thérapeutique,
je prends soin de ma
santé !

*document rédigé par le groupe de travail de la
coordination départementale ETP du 28*



Coordination
départementale | ETP
Eure-et-Loir

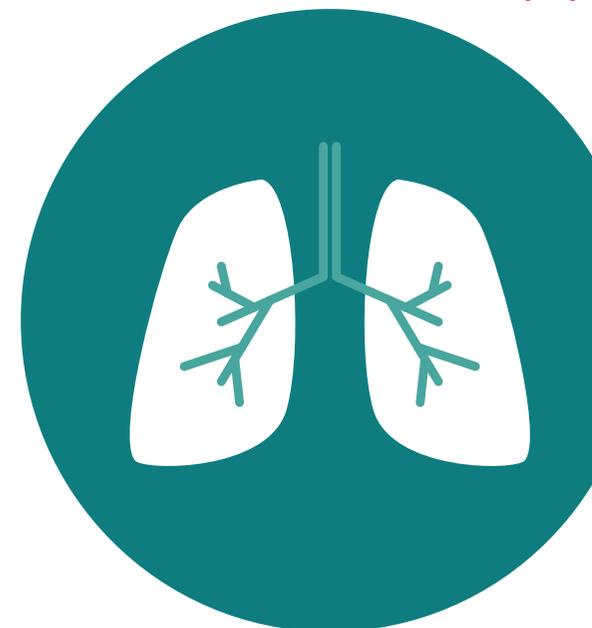
J'AI UNE MALADIE RESPIRATOIRE, ET SI JE PRENAIS SOIN DE MA SANTÉ ?

Les maladies respiratoires peuvent prendre plusieurs formes : l'asthme, la bronchite chronique, l'emphysème ou encore l'apnée du sommeil. Le quotidien peut être chamboulé.

Et si je décidais d'améliorer mon quotidien avec ma maladie respiratoire ?

Cette brochure donne des pistes pour y parvenir.

version septembre 2025



UNE MALADIE RESPIRATOIRE C'EST QUOI ?



Une maladie respiratoire atteint principalement **les poumons** avec des conséquences au quotidien. Il y a 2 principaux phénomènes : **l'inflammation** qui entraîne la **contraction** des muscles des bronches. Cette maladie nécessite de prendre des traitements inhalés dit de « **crise** » en cas de gêne respiratoire immédiate et des traitements dit de « **fond** » pour soigner la maladie chronique suivant la sévérité de la maladie.

Plusieurs facteurs peuvent déclencher ou aggraver ces maladies tels que la pollution, le tabagisme, les allergies, les infections respiratoires, les émotions fortes et l'effort physique.

QUELS SONT LES SIGNES D'ALERTE ?



Tu as des signes d'Asthme

- Difficultés à respirer
- Toux quinteuse/ sèche
- Respiration sifflante
- Sentiment d'oppression/ serrement

Tu as des signes de Bronchite chronique appelée aussi Broncho-Pneumopathie Chronique Obstructive (BPCO)

- Toux quotidienne
- Besoin de cracher souvent
- Essoufflement progressif (au début, à l'effort puis progressivement, au repos)

VIVRE AVEC UNE MALADIE RESPIRATOIRE, MES BESOINS

- « Au départ, on m'a donné des sprays, mais je ne savais pas quand ni comment les utiliser »
- « C'est gênant de cracher devant les autres »
- « Je suis contente, j'ai pu reprendre le sport que j'aime »
- « Ma famille ne comprend pas ma fatigue et mes peurs »
- « J'ai bien aimé les explications sur les médicaments, je ne les oublie plus. »
- « Mes collègues sont contents, je ne tousse plus en permanence au travail »
- « J'ai appris à maîtriser mon souffle »,
- « Je me protège mieux au quotidien. »
- « Mon enfant est plus serein, depuis qu'on lui a expliqué la pathologie et les médicaments, il ne panique plus comme avant »
- « J'ai appris à conserver mon énergie, je suis moins fatiguée, mon moral va mieux »



CARTOGRAPHIE DES DISPOSITIFS D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE : ETP

Infirmières libérales ASALEE

Action éducative ciblée et personnalisée - **Dispositif de coopération entre votre médecin traitant et une infirmière spécifiquement formée.**



Parlez-en à votre médecin traitant

2 programmes ETP :

EDUC'ASTHME : Programme d'Education Thérapeutique pour les patients adultes et enfants à partir de 3 ans asthmatiques

EDUC'BPCO : Programme d'Education Thérapeutique pour les patients atteints de Broncho-Pneumopathie Chronique Obstructive

Stéphanie PRUNIER
Infirmière coordinatrice

02.37.51.53.70

Centre Hospitalier de Dreux
Pôle de Santé Publique



Service de Pneumologie
Actions éducatives ciblées et personnalisées
Asthme
BPCO
Apnées du sommeil

02.37.30.31.83

sec-pneumo@ch-chartres.fr

Centre Hospitalier de Chartres
Service de Pneumologie

Association Nationale Asthme & Allergies

Action d'accompagnement

<https://asthme-allergies.org/lassociation-aa/>

contact@asthme-allergies.asso.fr



Association (37-41) L'Espace du Souffle

Action d'accompagnement

<https://www.lespacedusouffle.fr/>

siège à Tours :
lespacedusouffle@gmail.com

02.47.39.09.06 (Tours)



- action d'accompagnement
- action éducative ciblée et personnalisée
- programme d'ETP

