



L'essentiel pour votre pratique

ETP : Education Thérapeutique du Patient = accompagner le passage à l'action

Qu'est-ce que l'ETP ?

- L'éducation à la santé informe pour aider à comprendre
- L'ETP va au-delà et **accompagne dans l'action** en permettant au patient de devenir acteur de sa santé au quotidien : patient-acteur, pas spectateur
- L'ETP vise à **aider les patients à acquérir ou maintenir des compétences pour gérer au mieux leur vie avec une maladie chronique.**

Pourquoi faire de l'ETP ?

- Améliorer l'autonomie du patient
- Réduire les exacerbations.

Comment faire de l'ETP ?

- Partir des représentations du patient
- Co-construire des objectifs simples
- Valoriser les progrès

Quels thèmes aborder en ETP auprès de patients atteints de maladies respiratoires chroniques ?



Prévenir et gérer les exacerbations



Réduire puis arrêter le tabac



Optimiser l'efficacité de ses traitements



Éviter les complications par la vaccination



Gérer son souffle, reprendre et maintenir une activité physique



Trouver et maintenir un équilibre alimentaire adapté

Exacerbations



Approche ETP

Exemple d'objectifs patients :

- savoir la reconnaître
- savoir réagir/consulter

Avec le patient :

- "Comment savez-vous que votre état se dégrade ?"
- "Que feriez-vous en cas d'aggravation ?"

Rappel des signes à repérer

Reconnaitre une exacerbation :

- Accentuation brutale et soutenue (plus de 24h) de l'essoufflement ou de la toux
- Crachats changent de couleur

✓ **Contactez son médecin dans les 24h**, adapter le traitement, auto-drainage



Reconnaitre une urgence :

- Essoufflement anormal gênant parole
- ou Lèvres bleues ou jambes inhabituellement gonflées
- ou Douleur thoracique aiguë, crachats sanglants

✓ **Appeler sans attendre le 15 ou le 112**

Tabac



Un levier majeur pour les atteintes respiratoires !

Approche ETP

Exemple d'objectifs patients

- initier une réflexion, sans jugement
- définir un objectif de réduction

Avec le patient :

- "Vous arrive-t-il de fumer ?"
- "Qu'en pensez-vous ?"
- "Quels seraient les bénéfices à réduire ou arrêter ?"
- "Qu'est-ce qui vous donnerait envie de changer ?"

Guide complet

urls.fr/1ockK7g



Respadd

Kit kiné

urls.fr/0gepWD



GéronD'IF

Traitements



Traitement mal utilisé = inefficace !

Approche ETP

Objectif :

- Acquérir une technique efficace

Avec le patient :

- "Pouvez-vous me montrer comment vous utilisez votre traitement ?"

Tutoriels sur l'utilisation des thérapeutiques inhalés :

spf.fr/videos-zephir/

Vaccination



Orienter vers les professionnels qui vaccinent : infirmiers, sages-femmes, pharmaciens, médecins

Approche ETP

Objectifs :

- comprendre l'intérêt (éviter les complications)
- savoir vers qui se tourner

Avec le patient :

- "Êtes-vous à jour de vos vaccins ?"

- 5 vaccins les plus impactants sur la santé respiratoire chez les adultes : **coqueluche, pneumocoque, grippe, covid-19, VRS**
- Plus d'infos : vaccination-info-service.fr

Souffle & Activité physique

Cercle vicieux de la sédentarité > fonte musculaire > essoufflement !



Approche ETP

Objectifs

- intégrer une activité simple au quotidien

Avec le patient :

- Quelles activités vous plaisent ?
- "Qu'est-ce qui vous freine ?"

Quelques principes à répéter :

- **Bouger régulièrement = moins d'essoufflement !**
- **Aller à son rythme** (simplifier les tâches, accepter d'aller moins vite)
- **Faire des pauses** (écouter son corps, se faire confiance)
- **Surveiller son souffle** (chercher à allonger le temps d'expiration)

Alimentation

Syndrome inflammatoire chronique = fonte musculaire !



Approche ETP

Objectifs :

- améliorer progressivement
- maintenir le plaisir

Avec le patient :

- "Comment se passent vos repas ?"

Quelques principes à répéter :

- **Privilégier une alimentation anti-inflammatoire et protéinée** : en augmentant la part de poissons, légumineuses, céréales complètes, fruits et légumes...
- **Pas de régime contraignant, l'alimentation doit rester une source de plaisir !**
- **Orienter vers un diététicien !**

Webinaire BPCO

Les grands principes de la réadaptation respiratoire et du sevrage tabagique

[Lien vers le replay](#)



Flyer réadaptation respiratoire

Pourquoi, comment et quel rôle du kiné ?

[Lien vers le flyer](#)



Webinaire ETP

Les grands thèmes à aborder en éducation thérapeutique du patient

[Lien vers le replay](#)



Union Régionale des Professionnels de Santé
Masseurs-Kinésithérapeutes d'Île-de-France

www.urps-kine-idf.com

30 Rue de Lyon, 75012 Paris

contact@urps-mk-idf.org - Tél. 01 44 68 09 67

Suivez-nous sur