

MIEUX VIVRE AVEC UNE FIBROSE PULMONAIRE PAR RESPIPLUS™

Un outil d'apprentissage pour les patients et leurs familles



TRAITER LA FIBROSE PULMONAIRE

Ce guide appartient à :

Professionnel de santé :

Établissement :

1^{ER} ÉDITION JUIN 2016

LES HABILETÉS À ACQUÉRIR POUR MIEUX FAIRE FACE À UN DIAGNOSTIC DE FIBROSE PULMONAIRE

La fibrose pulmonaire (aussi connu sous le nom de maladie pulmonaire interstitielle) est une maladie pouvant affecter chaque sphère de votre vie. La progression de la maladie peut amener une augmentation de ses impacts sur vos activités quotidiennes. L'exacerbation de la maladie ou bien l'aggravation des symptômes peut grandement affecter votre qualité de vie.

Cependant, vous pouvez mettre en place des stratégies pour vous aider à mieux vivre avec cette maladie. Ce module fait partie de « Mieux vivre avec une fibrose pulmonaire », un programme d'apprentissage créé par des experts médicaux (en collaboration avec des patients) pour les personnes vivant avec la maladie.

COMMENT CE PROGRAMME PEUT-IL M'AIDER ?

Dans le programme « Mieux vivre avec une fibrose pulmonaire », on vous enseignera comment adopter de saines habitudes de vie. Ce module est votre guide. Il a été conçu pour que vous puissiez le lire à votre propre rythme. Vous pouvez le parcourir en entier ou lire seulement les sections qui sont pertinentes pour vous. Partagez-le avec vos proches afin qu'ils puissent mieux comprendre votre réalité.

Nous vous souhaitons une bonne continuité dans vos démarches à travers ce guide. Au besoin, partagez vos réflexions et vos émotions avec votre personne-ressource, un professionnel de la santé et/ou votre médecin spécialiste.

L'équipe RESPIPLUS



BIENVENUE AU MODULE « TRAITER LA FIBROSE PULMONAIRE »

Identifiez avec votre personne-ressource les sujets sur lesquels vous avez besoin de plus d'information pour mieux gérer votre fibrose pulmonaire. Cochez chaque sujet qui vous intéresse ou qui est important pour vous.

Traiter la fibrose pulmonaire

☐ Les médicaments pour la fibrose pulmonaire et l'importance de bien les prendre	5
☐ Les anti-fibrotiques	6
☐ Les immunosuppresseurs	12
☐ Le traitement des exacerbations	20
☐ Les traitements non-pharmacologiques et la transplantation pulmonaire	24
☐ L'intégration des objectifs d'autogestion	28
☐ Ressources pertinentes	30

Mieux vivre avec la fibrose pulmonaire signifie adopter et maintenir des habitudes de vie et des comportements sains dans le but d'améliorer votre qualité de vie.



TRAITER

LA FIBROSE

PULMONAIRE

LES MÉDICAMENTS POUR LA FIBROSE PULMONAIRE ET L'IMPORTANCE DE BIEN LES PRENDRE

Un autre aspect de la gestion de votre maladie est de prendre votre médication telle que prescrite.

Votre médication ne guérira pas votre fibrose pulmonaire – elle peut par contre réduire la progression de votre maladie.

CONCERNANT VOTRE MÉDICATION, VOUS DEVEZ CONNAÎTRE :

- Le nom de vos médicaments actuels
- Le but de la prise de chaque médicament
- La dose que vous devez prendre
- L'heure et la fréquence de prise de vos médicaments
- Les recommandations entourant la prise de vos médicaments
- Les précautions à prendre lors de la prise de vos médicaments
- La gestion de vos effets secondaires

LES ANTI-FIBROTIQUES (FPI)

LES ANTI-FIBROTIQUES ET L'IMPORTANCE DE BIEN LES PRENDRE

ANTI-FIBROTIQUES

Cette classe de médication est indiquée pour les patients souffrant de FPI

Objectif de cette médication :

Réduire la progression de la fibrose pulmonaire dans le but de maintenir la capacité respiratoire.

- Les effets de la médication anti-fibrotique peuvent varier considérablement d'une personne à l'autre.
- Les médicaments n'amélioreront pas la qualité de la fonction respiratoire.
- Il est essentiel que vous suiviez la posologie des médicaments que le médecin et le pharmacien vous ont transmise.

Les mécanismes exacts des médicaments pour traiter la FPI ne sont pas complètement compris. Votre médecin vous réévaluera pendant le traitement pour déterminer si ces médicaments sont toujours appropriés à votre situation.

Les anti-fibrotiques sont conçus pour ralentir la progression de la FPI. Ces médicaments ne répareront pas les poumons endommagés. Leur objectif est de prévenir des dommages additionnels et de ralentir la progression de la maladie.

ANTI-FIBROTIQUES¹ – INFORMATION GÉNÉRALE

Les médicaments anti-fibrotiques sont importants pour gérer la fibrose pulmonaire.

1. Il est possible que ces médicaments causent des effets secondaires. Ces effets secondaires peuvent varier d'une personne à l'autre. Il est possible de gérer ces effets secondaires dès leur apparition avec l'aide de votre médecin qui peut par exemple ajuster les doses de médication.
2. Les médicaments doivent être pris avec de la nourriture pour en réduire les effets secondaires.
3. Le tabagisme peut avoir un impact sur les médicaments ; il est préférable de ne pas fumer. Si vous fumez, il s'agit du moment idéal pour réduire votre consommation et cheminer vers une vie saine sans fumée. Veuillez consulter le module « ***L'adoption et le maintien d'un mode de vie sain et satisfaisant*** » pour tout savoir à ce sujet.
4. Ces médicaments peuvent aussi endommager le foie. Votre médecin effectuera des bilans sanguins réguliers pour s'assurer que votre foie fonctionne normalement pendant le traitement.
5. Si vous notez des changements dans votre état après avoir commencé la prise de ces médicaments, vous devez les signaler au pharmacien, à votre personne-ressource ou au médecin prescripteur.
6. Si vous remarquez que votre état respiratoire se détériore, vous devriez aviser votre personne-ressource ou votre médecin prescripteur – n'ignorez jamais l'état de votre respiration !

¹Au moment de la publication de ce module, il existe seulement 2 anti-fibrotiques disponibles pour la FPI (la pirfenidone et le nintedanib).

PIRFENIDONE (ESBRIET®)

ESBRIET® (pirfénidone) sert à traiter la fibrose pulmonaire idiopathique (FPI) d'intensité légère à modérée chez l'adulte. Ce médicament (Esbriet) se prend par voie orale trois fois par jour avec de la nourriture.

EFFETS SECONDAIRES POSSIBLES :

- a) Nausée, perte d'appétit et reflux gastro-œsophagien ;
- b) Étourdissement et fatigue ;
- c) Éruption cutanée (surtout après une exposition au soleil) ;
- d) Diarrhée et ballonnements ;
- e) Dommages au foie.

Par conséquent, il est important de respecter les consignes suivantes :

- Prendre le médicament en mangeant ou immédiatement après un repas copieux.
- Attendre au moins 4 heures entre chaque dose.
- Surveillez votre poids et avisez votre personne-ressource ou un professionnel de la santé si vous avez moins d'appétit et si vous perdez du poids.
- Appliquez de la crème solaire sur votre peau pour vous protéger du soleil deux fois par jour ou au besoin. Choisissez une crème qui vous protégera contre les rayons UVA et UVB et dont le FPS est d'au moins 50. Il est aussi important de porter des vêtements pour vous protéger contre l'exposition au soleil, incluant un chapeau et des manches longues.
- Avisez votre médecin si vous remarquez une éruption cutanée sur votre peau; il pourrait vouloir diminuer la dose ou suspendre la médication.
- **Votre médecin vous demandera des faire de bilans sanguins régulièrement pendant le traitement afin de s'assurer que votre foie fonctionne bien.**

NINTEDANIB (OFEV™)

L'OFEV™ (nintedanib) est un médicament pour traiter la FPI.
Ce médicament se prend par voie orale deux fois par jour avec de la nourriture. Le médecin vous indiquera la bonne dose à prendre.

Prendre votre médicament tel que prescrit est l'une des étapes vers le maintien d'un mode de vie sain.

EFFETS SECONDAIRES POSSIBLES :

- a) Problèmes au foie ;**
- b) Diarrhée ;**
- c) Nausée et vomissements.**

PAR CONSÉQUENT, IL EST IMPORTANT DE :

- Prendre chaque fois le médicament en buvant de l'eau après avoir mangé sans ouvrir la capsule, ni l'écraser.
- Avertissez votre médecin immédiatement si vous avez des symptômes inexpliqués, comme le jaunissement de la peau ou de la partie blanche des yeux (jaunisse), une urine brune ou foncée (couleur du thé), une douleur à la partie supérieure droite de l'estomac (abdomen), des saignements ou des hématomes plus fréquents qu'à l'habitude ou de la fatigue.
- Avertissez votre médecin si vous avez des diarrhées, nausées ou des vomissements ou si ces symptômes persistent ou s'aggravent. De plus, avertissez votre médecin si vous prenez des médicaments laxatifs, des émollients ou des suppléments alimentaires pouvant causer la diarrhée. Votre médecin pourrait vous recommander de vous hydrater d'avantage ou de prendre des médicaments comme le Loperamide (Imodium®) pour traiter la diarrhée.

VÉRIFIEZ VOS CONNAISSANCES SUR LES ANTI-FIBROTIQUES

Pourquoi les anti-fibrotiques sont-ils importants pour la fibrose pulmonaire idiopathique		
Ils réduisent l'essoufflement.	☐ Vrai	☐ Faux
Ils peuvent réduire la progression de la fibrose pulmonaire.	☐ Vrai	☐ Faux
Ils réduisent la toux.	☐ Vrai	☐ Faux
Ils peuvent causer des effets secondaires.	☐ Vrai	☐ Faux
Suivre les recommandations peut aider à réduire les effets secondaires.	☐ Vrai	☐ Faux
Il est normal d'avoir des prises de sang régulièrement.	☐ Vrai	☐ Faux
Les anti-fibrotiques devraient être pris à jeun.	☐ Vrai	☐ Faux



Réviser vos réponses avec votre médecin ou votre personne-ressource afin d'évaluer vos connaissances sur votre médication anti-fibrotique et votre maladie.

IMMUNOSUPPRESSEURS

MÉDICATION – IMMUNOSUPPRESSEURS

Le but des immunosuppresseurs est de ralentir votre système immunitaire pour ainsi réduire l'inflammation dans vos poumons et stabiliser la fonction pulmonaire.

Tous les immunosuppresseurs peuvent diminuer votre habileté à combattre les infections.

Lavez-vous les mains fréquemment et évitez le contact avec des gens pouvant être malades. Assurez-vous que vos vaccins sont bien à jour.

PREDNISONE

La prednisone est souvent la première ligne de traitement pour plusieurs types de fibrose pulmonaire (Pneumonie d'hypersensibilité, fibrose pulmonaire relié à une maladie auto-immune, pneumonie interstitielle non-spécifique idiopathique par exemple) Ce médicament agit rapidement, mais peut causer d'importants effets secondaires. Votre médecin pourrait également ajouter un autre immunosuppresseur afin de pouvoir diminuer le dose de prednisone.

EFFETS SECONDAIRES POSSIBLES :

- a) Changements d'humeur**
- b) Augmentation de l'appétit et gain de poids**
- c) Peau mince et fragile**
- d) Troubles de sommeil**
- e) Augmentation de la pression artérielle**
- f) Augmentation de la glycémie**
- g) Œdème**
- h) Ostéoporose (fragilité des os)**
- i) Augmentation du risque d'infections**
- j) Cataractes ou glaucome**

Discutez avec votre médecin si vous avez des problèmes avec la médication.

SUIVI

Votre médecin pourrait vous demander de prendre régulièrement votre pression artérielle et/ou votre glycémie capillaire pour s'assurer qu'elles demeurent dans la normale.

Il est important de demeurer actif et d'avoir une saine alimentation lors d'un traitement avec de la prednisone pour diminuer votre risque d'effets secondaires. Consulter le module « **Bougez-plus... respirez mieux avec la fibrose pulmonaire** ».

MYCOPHENOLATE MOFETIL (CELLCEPT®)

Le Mycophenolate fait partie de la classe des immunosuppresseurs.
Il peut être indiqué pour le traitement de votre fibrose pulmonaire.

**Cette médication est
souvent prise deux fois
par jour**

EFFETS SECONDAIRES POSSIBLES:

- a) Brûlements d'estomac, nausées, vomissements**
- b) Diarrhée, constipation**
- c) Diminution des globules blancs (leucopénie)**
- d) Augmentation du risque d'infection**

Discutez avec votre médecin si vous avez des problèmes avec la médication.

SUIVI

Votre médecin demandera des prises de sang régulières pour vérifier le niveau de vos globules blancs.

AZATHIOPRINE (PrIMURAN)

L'Azathioprine fait partie de la classe des immunosuppresseurs.
Il peut être indiqué pour le traitement de votre fibrose pulmonaire.

EFFETS SECONDAIRES POSSIBLES :

- a) Brûlements d'estomac, nausées, vomissements
- b) Diarrhée
- c) Diminution des globules blancs (leucopénie)
- d) Atteinte du foie
- e) Augmentation du risque d'infection

Discutez avec votre médecin si vous avez des problèmes avec la médication.

SUIVI

Votre médecin demandera des prises de sang régulières pour vérifier le niveau de vos globules blancs et pour vérifier la fonction de votre foie.

CYCLOPHOSPHAMIDE (PrP_{ROCYTOX})

Le Cyclophosphamide fait partie de la classe des immunosuppresseurs.
Il peut être indiqué pour le traitement de votre fibrose pulmonaire

Cette médication peut être reçue de façon intraveineuse à des intervalles de quelques semaines ou chaque jour par voie orale.

EFFETS SECONDAIRES POSSIBLES :

- a) Brûlements d'estomac, nausées, vomissements
- b) Fatigue
- c) Perte de poids ou perte d'appétit
- d) Atteinte des reins ou des voies urinaires
- e) Diminution des globules blancs (leucopénie)
- f) Augmentation du risque d'infection

Discutez avec votre médecin si vous avez des problèmes avec la médication.

SUIVI

Votre médecin demandera des prises de sang régulières pour vérifier le niveau de vos globules blancs et pour vérifier l'état de votre foie et vos reins. Des analyses d'urine régulières seront aussi demandées.

RITUXIMAB (RITUXAN[®])

Le Rituximab fait partie de la classe des immunosuppresseurs.
Il peut être indiqué pour le traitement de votre fibrose pulmonaire

**Ce médicament est administré
par voie intraveineuse à des
intervalles de quelques mois.**

EFFETS SECONDAIRES POSSIBLES :

- a) Brûlements d'estomac, nausées, vomissements**
- b) Fatigue**
- c) Fièvre ou frissons lors de la transfusion du produit
(réaction transfusionnelle)**
- d) Ulcération ou plaies douloureuses au niveau des lèvres ou
de la bouche**
- e) Diminution de globules blancs (leucopénie)**
- f) Augmentation du risque d'infection**

*Discutez avec votre médecin si vous éprouvez des difficultés avec
la médication*

SUIVI

Votre médecin demandera des prises de sang régulières pour vérifier le niveau de vos globules blancs et pour vérifier l'état de votre foie et vos reins.

VÉRIFIEZ VOS CONNAISSANCES SUR LES IMMUNOSUPPRESSEURS

Pourquoi les immunosuppresseurs sont-ils importants pour la fibrose pulmonaire ?

Ils ralentissent le système immunitaire et réduisent l'inflammation dans vos poumons	☐ Vrai	☐ Faux
Ils peuvent augmenter votre risque d'infection	☐ Vrai	☐ Faux
Ils peuvent amener plusieurs effets secondaires	☐ Vrai	☐ Faux
Plusieurs immunosuppresseurs nécessitent des prises de sang régulières pour vérifier leur toxicité	☐ Vrai	☐ Faux

**Révissez vos réponses avec
votre médecin ou votre
personne-ressource afin
d'évaluer vos connaissances
sur votre médication et votre
maladie.**

AUTRES MÉDICATIONS

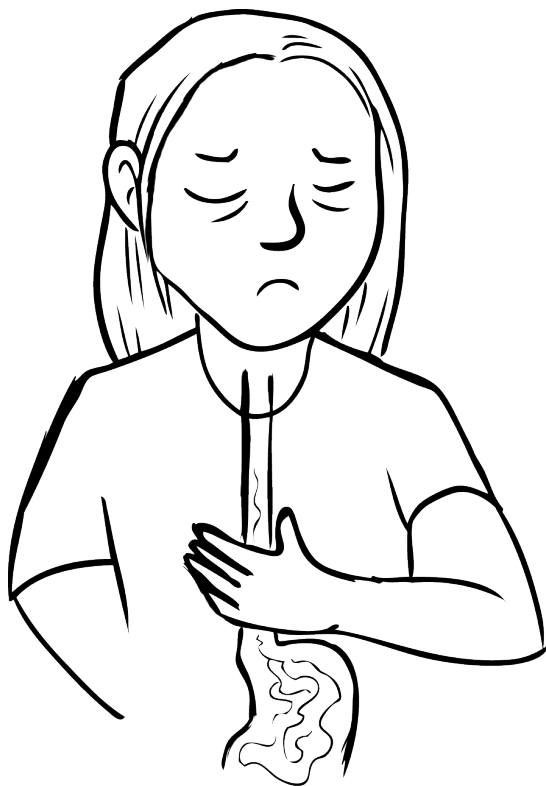
AUTRES MÉDICATIONS

REFLUX GASTRO-ŒSOPHAGIEN (RGO)

Le RGO survient lorsque l'acide que l'estomac produit pour digérer la nourriture remonte dans la gorge. Il est possible que cet acide se rende également jusque dans le système respiratoire où il peut endommager les poumons. L'association entre le RGO et la fibrose pulmonaire demeure mal comprise. Plusieurs patients atteints de fibrose pulmonaire ont également du RGO.

Afin de traiter les symptômes du RGO votre médecin peut prescrire un médicament pour diminuer l'acidité de votre estomac.

Ces médicaments se classent habituellement dans la catégorie des « inhibiteurs de la pompe à protons » (IPP) et ils réduisent la production d'acide dans l'estomac pour soulager les symptômes de RGO.



AUTRES MÉDICATIONS

Il est recommandé que tout patient atteint de la fibrose pulmonaire soit vacciné contre la pneumonie et la grippe saisonnière.

EXACERBATIONS

Pour les patients vivant avec la fibrose pulmonaire, une exacerbation est décrite comme une détérioration soudaine de la fonction respiratoire sans cause identifiable. Pour les patients, ceci se traduit par une augmentation de l'essoufflement ou de la toux ainsi qu'une diminution de la tolérance à l'effort. Malgré le manque de critères stricts, une exacerbation est généralement reconnue comme une détérioration pulmonaire survenant sur une période de 30 jours sans infection, sans problème cardiaque ou autre cause identifiable. Les exacerbations de fibrose pulmonaire peuvent causer une détérioration irréversible de la fonction pulmonaire.

MÉDICATION POUR TRAITER LES EXACERBATIONS

Antibiotiques	Prednisone
Ils sont utiles pour traiter les infections respiratoires (sinusite, bronchite infectée, pneumonie, etc.).	Généralement prescrits pour de courtes périodes lorsque les symptômes respiratoires s'aggravent (exacerbations).
Leur posologie doit être respectée et le traitement doit être pris au complet.	

EFFETS DE LA MÉDICATION

TESTS DE FONCTION RESPIRATOIRES

Contrairement à une infection qui se guérit par la prise d'antibiotiques, la fibrose pulmonaire ne se guérit pas au moyen de médicaments.

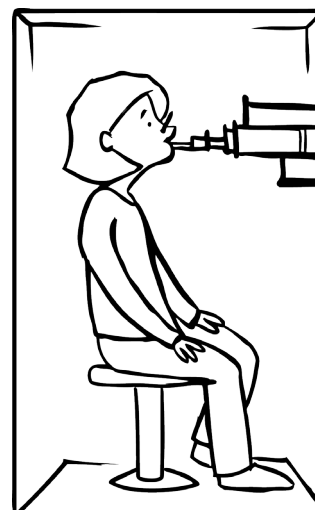
Afin d'évaluer l'évolution de la maladie et l'impact de la médication, votre médecin vous demandera de réaliser des tests de fonctions respiratoires à des intervalles réguliers.

Lorsque que vous réaliserez ces tests, les inhalothérapeutes vous demanderont de respirer de diverses façons afin d'obtenir différentes mesures tel que les volumes d'air dans vos poumons ainsi que leur capacité à faire les échanges gazeux. Votre pneumologue s'intéressera votre capacité vitale forcée (CVF) et votre capacité de diffusion (DLCO).

CVF	DLCO
Ce test représente la quantité maximale d'air que vous pouvez expirer. Pour réaliser ce test, on vous demandera de prendre la plus grande inspiration possible puis d'expirer le plus d'air possible.	Ce test évalue la capacité de vos poumons à faire les échanges gazeux entre votre circulation sanguine et l'air contenu dans vos poumons.

Avec ces résultats, votre médecin sera en mesure de suivre l'évolution de la maladie.

Ces tests peuvent être exigeants physiquement. Il est recommandé d'être bien reposé avant de les réaliser.



LES TRAITEMENTS NON PHARMACOLOGIQUES

L'OXYGÈNE

Parfois, le fibrose pulmonaire progresse et les poumons ont de la difficulté à faire les échanges gazeux et à bien oxygéner le sang. Cela entraîne une augmentation de l'essoufflement et diminue la capacité à tolérer les activités physiques.

Lorsque les poumons n'arrivent pas à oxygéner suffisamment le sang, l'oxygénothérapie est indiquée. L'oxygène aidera les poumons à remplir adéquatement les besoins du corps, ce qui permettra de mieux tolérer les activités physiques et de réduire l'essoufflement.

Si vous souhaitez obtenir de plus amples renseignements sur l'oxygénothérapie, veuillez consulter le module intitulé « ***Intégrer l'oxygénothérapie à long terme dans votre vie*** ».

L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET L'EXERCICE

L'exercice physique peut contribuer à augmenter la tolérance à l'effort et l'endurance. L'exercice peut aussi renforcer certains muscles qui tiennent un rôle important dans la respiration. Lorsque vous souffrez de fibrose pulmonaire, il est important de pratiquer les activités physiques **en respectant vos limites**.

Vous pourriez obtenir l'aide d'un physiothérapeute ou d'un kinésologue pour concevoir un programme d'exercice adapté à vos besoins. Vous pouvez aussi consulter le module suivant qui fait la promotion de l'importance de l'activité physique en général: « ***Bougez plus... respirez mieux avec la fibrose pulmonaire*** ».

Si vous êtes un fumeur, cesser de fumer pourrait vous aider à améliorer votre tolérance à l'exercice. Pour plus d'information, vous référer au module « ***L'adoption et le maintien d'un mode de vie sain et satisfaisant*** ».

LA TRANSPLANTATION PULMONAIRE

La transplantation pulmonaire est possible chez seulement un petit nombre de patients avec une maladie pulmonaire sévère. Ces patients doivent remplir de nombreux critères très précis pour être considérés comme un bon candidat à une transplantation pulmonaire. Si ce n'est pas déjà fait, demandez au médecin, si vous êtes un candidat potentiel. Si votre médecin considère que vous êtes un bon candidat, il vous demandera de rencontrer l'équipe spécialisée en greffe pulmonaire pour une évaluation.

VÉRIFIEZ VOTRE NIVEAU DE CONFIANCE FACE À LA PRISE DE MÉDICAMENTS

Sur une échelle de 1 à 10, encerclez le chiffre qui indique le mieux si vous vous sentez capable d'utiliser les stratégies enseignées dans cette section.

1. Pouvez-vous nommer tous les médicaments que vous prenez actuellement pour votre état respiratoire ?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Pas confiant(e) du tout					Très confiant(e)				

2. Croyez-vous être en mesure de prendre vos médicaments conformément et tels que prescrits ?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Pas confiant(e) du tout					Très confiant(e)				

3. Croyez-vous que de prendre la médication en respectant les conseils de votre médecin et pharmacien peut réduire la sévérité des effets secondaires ?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Pas confiant(e) du tout					Très confiant(e)				

4. Croyez-vous que la prise de médication peut ralentir la progression de votre maladie ?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Pas confiant(e) du tout					Très confiant(e)				

VÉRIFIEZ VOTRE NIVEAU DE CONFIANCE FACE À LA PRISE DE MÉDICAMENTS

Si vous vous sentez à l'aise de prendre vos médicaments tels qu'ils sont prescrits, continuez de mettre en œuvre les stratégies suggérées dans ce module.

Quelles sont les raisons pour lesquelles vous ne croyez pas que vous êtes en mesure de prendre vos médicaments tels que prescrits ?

Que pourriez-vous faire pour vous sentir plus à l'aise de prendre vos médicaments tels que prescrits ?

Pouvez-vous nommer tous les médicaments que vous prenez actuellement pour votre état respiratoire ?

Pouvez-vous nommer vos autres médications régulières ?

N'hésitez pas à discuter avec votre médecin ou votre personne-ressource de vos inquiétudes sur les médicaments et la bonne façon de les prendre.

VOICI L'OCCASION DE PLANIFIER !

Vous avez appris des nouvelles stratégies pour mieux gérer la fibrose pulmonaire. Vous devez intégrer ces nouvelles habitudes dans votre quotidien et les maintenir à long terme si vous souhaitez constater des effets positifs sur votre santé et votre qualité de vie. Il est important d'établir un plan en écrivant les objectifs sur papier (les petits sont aussi importants que les grands!) et le moment auquel ils doivent être atteints.

Les objectifs du prochain mois qui me permettront de mieux vivre avec la fibrose pulmonaire sont les suivants :

1. _____
2. _____
3. _____

Êtes-vous certain d'être en mesure d'atteindre vos objectifs du mois ?

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Pas confiant(e) du tout

Très confiant(e)

Les objectifs pour les ____ prochains mois qui me permettront de mieux vivre avec la fibrose pulmonaire sont les suivants :

1. _____
2. _____
3. _____

Êtes-vous certain d'être en mesure d'atteindre vos objectifs des ____ prochains mois ?

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Pas confiant(e) du tout

Très confiant(e)

Notes : _____

Signature du patient

Date : _____

Signature du professionnel de la santé

Date : _____

L'INTÉGRATION ET LE MAINTIEN DU PROGRAMME

Prenez quelques minutes pour passer vos objectifs et votre plan en revue.

1. Quels objectifs avez-vous pu atteindre ?

2. Qu'avez-vous fait pour atteindre ces objectifs ?

3. Y a-t-il des objectifs que vous n'avez toujours pas atteints? Lesquels ?

4. Qu'est-ce qui vous aiderait à atteindre ces objectifs ?

Notes :

RESSOURCES PERTINENTES



L'Association Pulmonaire

<http://www.poumon.ca>

Alberta et Territoires du Nord-Ouest

<http://www.ab.lung.ca>

Téléphone: 780-488-6819

Colombie-Britannique

<http://www.bc.lung.ca>

Téléphone: 604-731-LUNG (5864)

Manitoba

<http://www.mb.lung.ca/index.php>

Winnipeg: 204-774-5501

Région Westman: (204) 725-4230

Nouveau-Brunswick

<https://nb.lung.ca>

Téléphone: 506-455-8961

Terre-Neuve et Labrador

<http://www.nf.lung.ca>

Téléphone: 709-726-4664

Nouvelle-Écosse

<http://www.ns.lung.ca/site/>

Téléphone: 1-902-443-8141

Ontario

<http://www.on.lung.ca>

Téléphone: 416-864-9911

Île-du-Prince-Édouard

<http://www.pei.lung.ca>

Téléphone: 902-892-5957

Québec

<http://www.pq.lung.ca>

Téléphone: 514-287-7400

Saskatchewan

<https://sk.lung.ca>

Sans frais: 1-888-566-LUNG (5864)



RQAM

RÉSEAU QUÉBÉCOIS
DE L'ASTHME ET DE LA MPOC

*La référence des professionnels
en santé respiratoire*

RQESR Réseau québécois d'éducation en santé respiratoire

<http://www.rqam.ca/>

Téléphone: 418-650-9500



**Réseau
canadien
pour
les soins
respiratoires**

**Canadian
Network
for
Respiratory
Care**

Le Réseau canadien pour les soins respiratoires

<http://cnrchome.net/>

Téléphone: 905-880-1092

Sans frais: 1-855-355-4672



Canadian Pulmonary Fibrosis Foundation

<http://www.canadianpulmonaryfibrosis.ca/>

Téléphone: 905-294-7645

Pour une liste à jour, vous pouvez
visiter notre site web
mieuxvivreavecunefibrosepulmonaire.com

This image shows a full page of blank, lined paper. It features approximately 20 evenly spaced horizontal grey lines across its entire width, providing a guide for handwriting or typing. The paper is otherwise completely empty, with no margins, text, or other markings.

REMERCIEMENTS

Auteurs

Julie Morisset, M.D. • Diane Nault, inf., M.Sc. • Alexandre Savard, B.Sc. (inf.) • Maria Sedeno, B.Eng., M.M.

Collaborateurs

Deborah Assayag, M.D. • Jean Bourbeau, M.D., M.Sc., F.R.C.P. • Bruno-Pierre Dubé, M.D. • Patricia Côté, inf., M.A., Directrice exécutive et conseillère principale, RQESR • Geneviève Tremblay, Directrice programmes de santé, APQ • Dominique Massie, Directrice générale, APQ • **Design graphique** : Cassandra Giaccari, B.F.A

Institutions participantes

- L'Institut de Recherche du Centre Universitaire de Santé McGill (CUSM)
- University of California, San Francisco
- Centre Hospitalier de l'Université de Montréal (CHUM)
- RQESR - Réseau québécois d'éducation en santé respiratoire
- APQ - Association pulmonaire du Québec

Mieux Vivre avec une Fibrose Pulmonaire a été développé en consultation avec des groupes de professionnels de la santé et des patients atteints de la fibrose pulmonaire participant à une étude pilote a l'Université de Californie, San Francisco et au Centre Hospitalier de l'Université de Montréal.

Le développement de ce programme a été possible via une subvention éducative non-restrictive offerte par :



Boehringer
Ingelheim



MIEUX VIVRE AVEC
UNE FIBROSE PULMONAIRE
PAR RESPIPLUS™

www.MieuxVivreAvecUneFibrosePulmonaire.com



RESPIPLUS