

FAMILY PHYSICIAN AIRWAYS GROUP OF CANADA



The College of
Family Physicians
of Canada

Le Collège des
médecins de famille
du Canada



Plan d'action sur l'asthme

Nom du patient _____

Date _____

Médecin _____

Vos facteurs déclenchants: _____

Symptômes (Toux, essoufflement ou wheezing) Action Meilleur résultat personnel du débitmètre _____

Zone verte = Contrôle adéquat de l'asthme

Niveau habituel d'exercices

Besoin du médicament de soulagement rapide moins de 4 fois par semaine

Pas de toux ni de wheezing la nuit

Pas d'absence du travail/de l'école

Médicament de contrôle _____

Vous pouvez utiliser le médicament de soulagement rapide avant de faire de l'exercice physique

Médicament de soulagement rapide _____

_____ Écart _____

(85 à 100% du meilleur résultat personnel)

Zone jaune = Perte du contrôle adéquat de l'asthme

Besoin du médicament de soulagement rapide plus de 3 fois par semaine

Toux ou wheezing plus 1 nuit par semaine.

Incapable de faire vos activités habituelles à cause de l'asthme

Attraper un «rhume»

Médicament de contrôle _____

Prendre _____ inhalations _____ fois par jour

de _____ jusqu'à ce que les résultats du débitmètre reviennent à la normale ou que les symptômes disparaissent pendant ____ jours consécutifs

Augmenter le médicament de soulagement rapide à toutes les ____ heures

Vous pouvez prendre le médicament de soulagement rapide avant de faire de l'exercice physique

Prendre _____ de prednisone pendant _____ jours.

_____ Écart _____

(60 à 85% du meilleur résultat personnel)

Si vous entrez dans la zone jaune, communiquez avec le bureau de votre médecin

Zone rouge = Danger

Si vous ne pouvez pas parler.

Si vous êtes essoufflé au **repos**

Si votre médicament de soulagement rapide ne fonctionne pas

Si vous savez, d'après votre expérience, qu'il s'agit d'une crise sévère.

Rendez-vous à l'urgence la plus proche

Écart _____

Prendre 2 inhalations de votre médicament de soulagement rapide toutes les 10 minutes pendant que vous vous rendez à l'hôpital ou que vous attendez de l'aide. (< 60% du meilleur résultat personnel)

Ne tentez pas de conduire jusqu'à l'hôpital – demandez de l'aide!