

Aide-mémoire

Avoir la MPOC peut être une expérience bouleversante et il peut être difficile de se souvenir de tout. Voici un aide-mémoire pour vous aider.

- Dresser une liste de questions pour votre fournisseur(-euse) de soins de santé
- Bâtir une équipe de soins en mpoc
- Élaborer un plan d'action contre la mpoc avec votre équipe de soins en mpoc
- Se joindre à un programme de réadaptation pulmonaire
- Rencontrer un-e diététiste agréé-e pour créer un plan de repas adéquat
- Élaborer une routine et un plan d'exercice
- Demander à votre fournisseur(-euse) de soins de santé de remplir une demande de permis de stationnement accessible
- Élaborer un plan préalable de soins
- Dresser une liste de vos médicaments à conserver dans votre portefeuille
- Dresser une liste pour vous aider à naviguer le système de soins de santé, y compris les coordonnées de tous les services dont vous avez besoin