

TOUX CHRONIQUE

À prévoir pour vos rendez-vous avec votre équipe soignante

Il est utile, tant pour vous que pour votre prestataire de soins, de bien vous préparer à votre rendez-vous. Cet outil pour les patient-es présente des suggestions sur ce qu'il faut apporter avec soi et sur les questions qui pourraient vous être posées



L'accompagnement d'un-e ami-e ou membre de votre famille

Un-e ami ou une personne de votre famille peut vous aider à retenir les informations importantes, et prendre des notes pour vous.



Une liste de vos symptômes

Soyez honnête et ouvert-e. Envisagez de tenir un journal des symptômes sur plusieurs jours afin de ne rien oublier.



Une liste de vos médicaments

Apportez tous vos médicaments ou la liste de tous vos médicaments, y compris les produits à base de plantes, les vitamines et les suppléments. Si vous n'êtes pas sûr-e de la façon de prendre vos médicaments, demandez qu'on vous explique quand et comment.



Une liste de vos questions

Écrivez une liste écrite des questions que vous voulez poser. Placez les plus importantes en début de liste. Dites à votre équipe que vous avez des questions, lorsque vous la rencontrez. Prenez des notes lorsqu'on répond à votre question. Demandez plus d'informations si vous en avez besoin.

Questions que votre prestataire de soins pourrait vous poser

Votre prestataire de soins vous posera des questions sur vos antécédents médicaux et vos symptômes. La liste ci-dessous inclut certaines des questions qui pourraient vous être posées. Utilisez cet outil pour noter vos réponses avant votre rendez-vous afin de vous souvenir plus facilement des détails importants à propos de votre santé et de votre toux.

L'HISTORIQUE DE VOTRE SANTÉ

- Quels médicaments prenez-vous?
- Quelle quantité prenez-vous chaque jour et à quelle fréquence?
- Quand avez-vous commencé à prendre ce médicament?
- Quelles vitamines et/ou quels suppléments prenez-vous?
- Quels vaccins avez-vous reçus? Quand?
- Fumez-vous actuellement? Avez-vous déjà fumé dans le passé?
- Pendant combien de temps avez-vous fumé? Quelle quantité fumez-vous?
- Avez-vous essayé d'arrêter de fumer dans le passé? Si vous n'avez pas réussi, pourquoi?

VOS SYMPTÔMES

- Quand votre toux a-t-elle commencé?
- À quelle fréquence tousez-vous?
- À quelle fréquence tousez-vous la nuit?
- Comment la toux affecte-t-elle votre sommeil?
- Comment la toux vous affecte-t-elle socialement? Sur le plan émotionnel?
- Qu'est-ce qui déclenche votre toux ou l'aggrave?
- Qu'est-ce qui soulage votre toux?
- Vous a-t-on prescrit des médicaments dans le passé pour traiter la toux? Si oui, quel(s) médicament(s)?
- Quand ont-ils été prescrits? Pendant combien de temps les avez-vous pris?
- Quels sont les effets physiques de votre toux? Par exemple, votre toux provoque-t-elle des douleurs dans votre poitrine ou votre estomac? Un changement dans votre voix? Une perte de contrôle de la vessie?
- À quelle fréquence votre toux nuit-elle à vos activités quotidiennes?
- À quelle fréquence crachez-vous des mucosités? De quoi ont-elles l'air?