

Signes d'alerte : je réagis !



Maladies
cardiovasculaires
[MCV 4]



Tout intervenant formé en ETP et
ayant des compétences spécifiques
dans la thématique [co-animation possible]



≤ 8 patients



1h30

Remis patient

Fiche pratique [MCV 4] : « Signes d'alerte, je réagis »

Outils pédagogiques

- Tableau blanc/paper board, feutres/stylos, papiers/post-it
- +/- Exemples de situations, cartes malette COMETE
« [situations du quotidien](#) »
- +/- Tensiomètre / pèse-personne

Objectifs pédagogiques

Général

- Agir de manière appropriée face à des signes d'alerte pour se mettre en sécurité

Détaillés

- Identifier ses situations à risque
- Reconnaître les signes d'alerte et les situations d'urgence pour réagir ou solliciter un avis médical
- Savoir alerter son entourage
- Pratiquer l'automesure en sécurité, interpréter les résultats et déterminer la conduite à tenir en fonction des résultats obtenus

Compétence(s) mobilisée(s) - (issue du référentiel HAS)

Réaliser des gestes techniques et des soins / Prendre en compte les résultats d'une autosurveillance, d'une automesure / Prendre des décisions, résoudre un problème

Accueil des participants

Introduction (5min)

L'intervenant rappelle le cadre de la séance : objectifs, notamment pédagogiques, de la séance, durée, bienveillance, confidentialité. Il se présente et invite les participants à se présenter par le prénom / nom par lequel ils souhaitent être appelés durant la séance (possibilité de prévoir des chevalets porte-noms)

Déroulement de l'atelier

Signes d'alerte (45 min)

Temps 1 (15 min) :

Les participants sont invités à réfléchir aux signes d'alerte possibles « quels signes peuvent vous alerter de l'aggravation de votre maladie ? ». L'intervenant note au tableau les différents signes identifiés (Augmentation de la TA, de la fréquence cardiaque, malaises, douleurs, œdème des membres inférieurs, essoufflement et prise de poids, cyanose au niveau d'un orteil, signes témoins d'un AIT ou les signes précurseurs d'un AVC, etc.). Il peut s'appuyer sur la fiche pratique pour aider les participants.

<p>Déroulement de l'atelier (suite)</p>	<p>Temps 2 (20 min) : Par binôme, les participants sont invités à réfléchir aux moyens permettant d'identifier les signes d'alertes (autosurveillance) et la conduite à tenir lors de leur apparition (pratiquer l'automesure en sécurité, utilisation du spray de dérivés nitrés, prévenir son médecin, son entourage, etc.).</p> <p>Temps 3 (10 min) : Situations à risques L'intervenant demande aux participants « avez-vous identifié des circonstances qui favorisent la survenue de ces signes d'alerte ? » Il peut s'appuyer sur les cartes situations de la mallette COMETE (Exemple : altitude, repas de fête, restaurant, conditions météorologiques extrêmes, etc.). Une discussion s'engage sur les possibilités de réduire ces risques.</p> <p>L'automesure (15 min)</p> <p>Temps 1 (15 minutes) L'intervenant propose aux participants qui le souhaitent de mettre en pratique et d'échanger sur les méthodes d'auto-surveillance. (Prise de tension, du pouls, modalités de pesée...). Il s'assure de la bonne exécution des gestes. Il rappelle l'importance d'une surveillance du poids régulière et de l'ensemble des signes d'alerte. Une discussion s'engage sur les techniques d'automesure et leur intérêt.</p> <p>Temps 2 (15 min) : Les participants sont invités à identifier les freins liés à la pratique de l'automesure. « Qu'est-ce qui peut vous empêcher de pratiquer l'automesure ? » Puis, par 2, sont amenés à réfléchir à des moyens et des arguments permettant de réduire ces freins. (Ex : regard des autres, pas toujours le matériel sur soi, etc.) « Quels conseils donneriez-vous à votre binôme pour l'aider à se surveiller ? »</p> <p>Synthèse (5min) L'intervenant invite les participants à s'exprimer sur ce que la séance leur a apporté, les éventuelles questions et y répond. Il complète éventuellement avec ce qu'il a lui-même perçu.</p>
<p>Modalités d'évaluation de l'atelier</p>	<p>Questionnaire de satisfaction et/ou de connaissance à l'issue immédiate de la séance ou à distance, sur cohorte.</p>
<p>Rappel des modalités d'évaluation des compétences patients (lors de l'entretien de fin de parcours)</p>	<p>Lors de l'atelier, l'intervenant peut rappeler que lors de l'entretien de fin de parcours, un temps sera consacré à mettre en évidence l'apprentissage qui aura été retenu et éventuellement mis en application à la suite de cet atelier. L'évaluation de l'atelier se positionne au sein d'une stratégie globale concernant le parcours d'éducation thérapeutique du patient. Un temps d'évaluation des compétences est réalisé en début et en fin de parcours, mais les objectifs pédagogiques peuvent être rediscutés au cours des ateliers.</p> <p><u>Critère d'évaluation de cet atelier</u> : « concernant des signes d'alertes de ma maladie,</p> <p><u>Niveau de compétence en 5 graduations</u> :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Je ne les connais pas 2. J'en connais certains mais ne sais pas y réagir 3. Je les connais mais ne suis pas certain des mesures mises en place 4. J'ai compris que ma maladie peut s'aggraver et connais les mesures à mettre en place

5. J'ai compris que ma maladie peut s'aggraver et agis en prévention »