



GRILLE DE SUIVI DES SOINS À DOMICILE

Personne atteinte d'insuffisance cardiaque

Après avoir reçu l'enseignement sur les soins à domicile, la personne ou le proche aidant peut:	Personne	Proche aidant
<ul style="list-style-type: none"> ■ Considérer l'insuffisance cardiaque comme une maladie chronique que l'on peut traiter en prenant des médicaments et en se conformant à un programme d'autosoins bien défini. 	✓	✓
<ul style="list-style-type: none"> ■ Prendre, ou administrer, quotidiennement les médicaments conformément à l'ordonnance du médecin. 	✓	✓
<ul style="list-style-type: none"> ■ Être attentif aux effets des médicaments. 	✓	✓
<ul style="list-style-type: none"> ■ Déceler les signes et symptômes d'hypotension orthostatique et savoir ce qu'il faut faire pour les prévenir. 	✓	✓
<ul style="list-style-type: none"> ■ Se peser tous les jours. <ul style="list-style-type: none"> – Se peser à la même heure (tous les matins après la miction, par exemple). – Noter son poids et signaler tout gain de 1 à 1,5 kg en une journée ou de 2,5 à 3 kg en une semaine. 	✓	
<ul style="list-style-type: none"> ■ Limiter la consommation de sodium à environ 2 à 3 g par jour; lire les étiquettes pour vérifier la teneur en sodium par portion; éviter de consommer des aliments en conserve ou transformés; manger des aliments frais ou surgelés; consulter le régime fourni par écrit de même que la liste des aliments que la personne peut ou ne peut pas consommer; s'abstenir d'utiliser du sel de table et éviter les excès de nourriture et de boissons. 	✓	✓
<ul style="list-style-type: none"> ■ Se conformer à son programme d'activités. <ul style="list-style-type: none"> – Participer à un programme d'exercices quotidien. – S'adonner à la marche et à d'autres activités de façon progressive afin de prévenir la fatigue et la dyspnée. – Conserver son énergie en faisant alterner les périodes d'activité et les périodes de repos. – Éviter la chaleur et le froid extrêmes, qui font travailler davantage le cœur. – Reconnaître que l'air climatisé peut être essentiel si on vit dans un climat chaud et humide. 	✓	
<ul style="list-style-type: none"> ■ Adopter des méthodes servant à gérer le stress. 	✓	
<ul style="list-style-type: none"> ■ Se présenter aux rendez-vous au cabinet du médecin ou à la clinique externe. 	✓	✓
<ul style="list-style-type: none"> ■ Être attentif aux symptômes pouvant indiquer une rechute. <ul style="list-style-type: none"> – Avoir en tête les symptômes éprouvés au début de la première crise. 	✓	✓
<ul style="list-style-type: none"> ■ Signaler au médecin l'un ou l'autre des signes et symptômes suivants: <ul style="list-style-type: none"> – Prise de poids de 1 à 1,5 kg en une journée ou de 2,5 à 3 kg en une semaine – Perte d'appétit – Dyspnée inhabituelle à l'effort – Œdème aux chevilles, aux pieds ou à l'abdomen – Toux persistante – Sommeil agité; augmentation du nombre d'oreillers nécessaires pour dormir. 	✓	✓

L'infirmière à domicile consolide et clarifie les notions portant sur les modifications alimentaires et sur la restriction liquidienne, sur la nécessité d'être attentif aux symptômes, de se peser quotidiennement et d'être suivi par le personnel soignant. On peut également aider la personne à planifier ses rendez-vous et à les respecter, l'encourager à assumer de plus en plus la responsabilité de ses autosoins afin d'atteindre les objectifs du plan thérapeutique.

ÉVALUATION

Résultats escomptés

Les principaux résultats escomptés sont les suivants:

1. La personne montre qu'elle tolère l'activité.
 - a) Elle décrit comment elle s'adapte à ses activités habituelles.

