



# 4.

**Signalez à votre équipe soignante si vous avez déjà fait une réaction à un médicament ou à un aliment.**

Si vous tombez malade, votre équipe soignante pourrait devoir agir rapidement. Avant de vous administrer un médicament, elle doit savoir si vous pourriez avoir une réaction indésirable à ce dernier. C'est pourquoi vous devez les avertir d'avance de toute allergie ou réaction que vous avez déjà eue à un médicament ou à un aliment.

Les réactions possibles sont l'apparition de rougeurs ou de boutons, des maux de tête, de la difficulté à respirer ou des malaises. Assurez-vous de signaler également vos allergies alimentaires, car certains médicaments contiennent des aliments (comme les œufs utilisés dans le vaccin contre la grippe). Avisez immédiatement un membre de votre équipe soignante si vous vous sentez mal après avoir pris un nouveau médicament. Si vous ignorez à quoi vous pourriez être allergique, vous pouvez subir un test de dépistage.

N'attendez pas d'être malade pour signaler vos allergies. Certaines personnes portent un bracelet d'identification médicale comme celui de MedicAlert®. Il avertit l'équipe soignante des allergies dont vous souffrez lorsque vous ne pouvez le faire par vous-même.



# 5.

**Assurez-vous de savoir quoi faire une fois que vous êtes à la maison.**

Lorsque vous êtes prêt à recevoir votre congé de l'hôpital ou après un rendez-vous, posez le plus de questions possible. Assurez-vous de bien comprendre ce que vous devez faire une fois que vous êtes chez vous. Prenez en note ces renseignements ou demandez à un membre de votre famille ou à un ami de le faire pour vous. Communiquez ces renseignements à vos autres soignants.

**Voici quelques bonnes questions à poser :**

- Quelle aide devrais-je avoir à la maison?
- Y a-t-il des préoccupations de sécurité à connaître? (Par exemple un tapis qui pourrait causer une chute ou le manque d'éclairage)
- Aurai-je de la difficulté à me déplacer?
- Quand pourrai-je retourner au travail?
- Quels médicaments dois-je prendre à la maison?

Le présent dépliant a été préparé à titre informatif et de guide de référence, et ne se veut pas un énoncé ni un exposé approfondi ou définitif du sujet qu'il aborde. Ce dépliant ne vise en aucun cas à fournir des conseils d'ordre médical ou juridique. Vous ne devez pas adapter ni modifier tout acte ou traitement médical sans consulter votre fournisseur de soins de santé.

Ce dépliant ne peut être modifié, adapté, publié ou vendu en tout ou en partie, sans l'autorisation écrite préalable de l'OHA et sans une attribution expresse à celle-ci. Le téléchargement, la distribution, la reproduction et la présentation du dépliant à des fins personnelles non commerciales sont autorisés sans permission écrite préalable.

© Ontario Hospital Association, 2009. Tous droits réservés.

Ce projet a été financé au départ par le ministère de la Santé et des Soins de longue durée de l'Ontario.

Secteur des soins à domicile et en milieu communautaire  
**C'est votre santé**  
**Impliquez-vous**



[www.casc-ont.ca/sécuritédesclients](http://www.casc-ont.ca/sécuritédesclients)



1.

**Impliquez-vous dans vos soins de santé. N'hésitez pas à poser des questions sur les soins qu'on vous donne.**

Soyez un membre actif de votre équipe soignante. Un membre de votre équipe soignante est toute personne qui vous donne des soins chez vous ou ailleurs. Prenez part à chaque décision qui concerne vos soins. Posez des questions en vue de faire des choix éclairés. Arrivez préparé à vos rendez-vous. Sachez quoi faire une fois chez vous. Si vous estimez qu'on n'a pas répondu à vos préoccupations, reposez vos questions.

### Ce que vous devez savoir

Vous devez comprendre le mieux possible ce qui concerne :

- votre problème de santé ou le diagnostic posé;
- les soins dont vous aurez besoin;
- les médicaments que vous devez prendre et la façon de les prendre.

### Voici de bonnes façons de poser des questions :

- Quel est mon plan de soins?
- Que dois-je dire à ma famille ou à mon soignant?
- Pouvez-vous me donner plus d'information sur mon problème de santé?
- Y a-t-il d'autres options?
- Que puis-je faire chez moi pour m'aider à me rétablir?



2.

**Signalez à votre équipe soignante votre historique médical et votre état de santé actuel.**

Vous êtes le mieux placé pour parler de votre santé. Dites à votre équipe soignante tout ce que vous pouvez, même si vous croyez qu'elle le sait déjà ou que ce n'est pas important.

### Indiquez-leur si :

- vous ne vous sentez pas bien en ce moment;
- vous avez été malade ou êtes tombé récemment;
- vous prenez des médicaments;
- vous avez été opéré ou êtes allé à l'hôpital récemment;
- vous avez consulté un autre médecin ou avez reçu des soins de santé ailleurs;
- vous souffrez d'une maladie chronique comme le diabète ou une maladie du cœur;
- des membres de votre famille souffrent d'une maladie comme la haute pression, l'asthme ou le cancer;
- vous avez déjà souffert de dépendance au tabac, aux médicaments ou à l'alcool;
- vous vous sentez fatigué ou vous en faites moins ces derniers temps;
- vous mangez mal ou n'avez pas faim;
- vous-même ou un membre de votre famille souffrez d'une maladie contagieuse.



3.

**Apportez tous vos médicaments lorsque vous vous rendez à un rendez-vous médical.**

Certains médicaments peuvent interagir entre eux dans votre corps et produire des réactions indésirables. Pour votre protection, votre équipe soignante doit connaître tous les médicaments prescrits que vous prenez ainsi que ceux que vous achetez comme les :

- vitamines;
- herbes et produits à base de plantes médicinales;
- compléments alimentaires;
- médicaments offerts en vente libre à la pharmacie.

Conservez toujours vos médicaments dans leur contenant d'origine. Si vous ne pouvez pas tous les apporter, faites une liste de tout ce que vous prenez et tenez-la à jour. Apportez la lorsque vous vous rendez à l'hôpital ou à un rendez-vous médical. Votre médecin et votre pharmacien peuvent aussi vous aider à faire cette liste.