



PRÉPARER LES RENDEZ-VOUS AVEC SON ÉQUIPE SOIGNANTE

Dre Sabrina Hoa, MD MSC
Rhumatologue, clinicienne chercheuse du CHUM



Voici quelques conseils pour préparer son rendez-vous avec l'équipe médicale.



MÉDICAMENTS

Avoir sa liste de médicaments à jour et noter s'il y a des effets secondaires aux médicaments. Si vous ne prenez pas certains médicaments prescrits, il est important de le rapporter au médecin afin qu'une évaluation juste puisse être faite par rapport à l'efficacité des traitements. Rapportez aussi la prise de produits naturels et de médicaments en vente libre.

TENSION ARTÉRIELLE

La tension artérielle devrait idéalement être prise à domicile deux fois par semaine, ou quotidiennement chez les patients à plus haut risque de développer une crise rénale sclérodermique. Apportez votre journal de tension artérielle, cela aidera le médecin à déterminer si des investigations complémentaires sont nécessaires pour dépister une complication rénale.

PRISES DE SANG

Si des prises de sang ont été prescrites au dernier rendez-vous, faites-les assez tôt (1 à 2 semaines) avant le rendez-vous afin que les résultats puissent être disponibles au moment du rendez-vous.

PRÉPARER LES RENDEZ-VOUS AVEC SON ÉQUIPE SOIGNANTE

SYMPTÔMES DE LA SCLÉRODERMIE

Prenez note de l'évolution des symptômes associés à la maladie. Par exemple, y a-t-il eu une apparition de nouveaux symptômes? Les symptômes se sont-ils aggravés, ou bien se sont-ils améliorés suite à un changement de traitement? Plus spécifiquement pour chaque symptôme, les détails suivants sont particulièrement pertinents:

- ▶ **Raynaud** : fréquence et durée des attaques.
- ▶ **Ulcères digitaux** : douleur, écoulement, rougeur, fièvre.
- ▶ **Peau** : progression de l'épaississement, peau qui gratte.
- ▶ **Cardio-pulmonaire** : douleur thoracique, palpitations, essoufflement (après quel type d'effort), toux, perte de connaissance, gonflement des jambes.
- ▶ **Digestif** : reflux, brûlement d'estomac, satiété précoce, nausée et vomissement, douleur abdominale, ballonnement, diarrhée, constipation, incontinence fécale, perte de poids.
- ▶ **Rénal** : hypertension artérielle à domicile, diminution du débit urinaire, maux de tête, vision embrouillée, confusion.
- ▶ **Arthrite** : douleur aux articulations (lesquelles), raideur matinale (durée).
- ▶ **Myosite** : difficulté à monter les escaliers ou à se lever d'une chaise sans s'aider des bras, due à une fatigue musculaire.



VACCINS

La vaccination contre certaines infections, telles que l'influenza et le pneumocoque, est recommandée afin de prévenir les complications graves liées aux infections dans le contexte d'une maladie chronique telle que la sclérodermie et, particulièrement, chez ceux qui ont une atteinte pulmonaire et/ou qui prennent des médicaments immunosuppresseurs. Apportez votre carnet de vaccination au rendez-vous, afin que votre médecin puisse déterminer si vous avez besoin d'une mise à jour.

INVESTIGATIONS, CONSULTATIONS ET HOSPITALISATIONS

Si vous avez passé des examens complémentaires ou consulté d'autres médecins, ou si vous avez été hospitalisé depuis le dernier rendez-vous, prenez note des détails : dates, clinique ou centre hospitalier, raison de consultation, changement dans les médicaments, etc. Il est important que votre médecin prenant soin de votre sclérodermie connaisse bien l'état général de votre santé. Au besoin, le médecin pourra demander une copie des rapports d'investigations ou d'hospitalisation.

