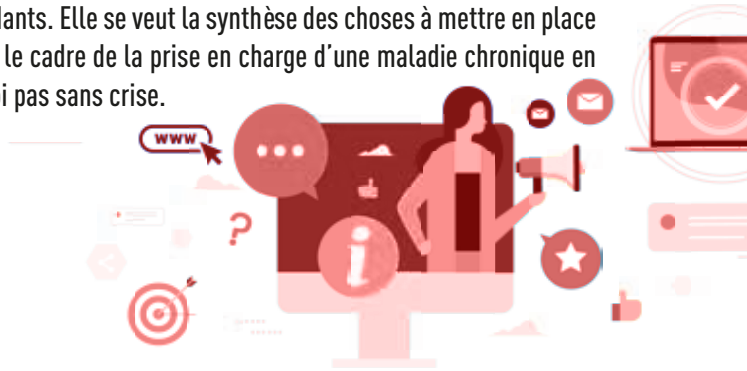
ENSEMBLE EN TEMPS DE CRISE SANITAIRE

RECOMMANDATIONS

Cette fiche pratique « S'informer » est l'une des 5 fiches issues du travail collaboratif entre personnels de santé, patients et aidants. Elle se veut la synthèse des choses à mettre en place et des actions à entreprendre dans le cadre de la prise en charge d'une maladie chronique en temps de crise sanitaire et pourquoi pas sans crise.



05 S'INFORMER

Communiquer, échanger, se rassurer, s'informer. Tout cela est vital dans le cadre d'une maladie chronique et en particulier la communication avec son équipe soignante. Lors du premier confinement, les malades se sont retrouvés pour la plupart seuls, désemparés. Afin d'éviter de renouveler cette situation, il est important de se préparer à communiquer différemment et d'être certain de communiquer avec les bonnes personnes.

PROFESSIONNELS DE SANTÉ & PATIENTS/AIDANTS

PRÉPARATION

- Lister les sources qui parlent de votre maladie chronique.
- Rechercher les sites des sociétés savantes françaises et éventuellement étrangères qui vous concernent.
- Lister les sources qui parlent de l'événement en cours (météo, épidémie, ...)
- Privilégier les sources gouvernementales ou des institutions locales.
- Trier les sources que vous considérez fiables, faites les valider par d'autres personnes.
- Noter les sources dont il faut se méfier, c'est important aussi et cela vous permet de prévenir autrui.
- Demander de l'aide à vos pairs ou vos soignants pour faire le tri.
- Contacter les interlocuteurs/intervenants pour connaitre leurs différents modes de fonctionnement et transmettre l'information.
- Utiliser le dos de cette fiche pour répertorier vos sources ou créer un tableau.

ACTIONS

- Vous informer.
- Privilégier un moment de la journée pour vous informer, plutôt court, trop d'information est stressant et angoissant.
- Si vous ne comprenez pas ce que vous lisez ou entendez, trouver une autre source ou demander de l'aide à une personne digne de confiance.
- Penser aux associations, c'est aussi leur rôle de vous informer.
- Préparer un résumé si vous vous en sentez capable, vos proches ou vos pairs n'auront peut-être pas le temps de s'informer.
- Partager avec vos collègues ou d'autres patients.

LES PETITS RAPPELS

S'INFORMER

Consulter les sites internet et réseaux sociaux de : votre réseau de santé / votre hôpital / associations de Patients et d'Aidants / sociétés savantes.

©Ligue Française contre la Sclérose en Plaques - Octobre 2020

05 FICHE PRATIQUE

(modèle à remplir ou à recopier)

Ligue Française contre la Sclérose En Plaques

SOURCES FIABLES										SOURCES MOINS FIABLES ET À ÉVITER									
NOM DE LA SOURCE	SITE	TYPE DE CONTENU								NOM DE LA SOURCE	SITE	TYPE DE CONTENU							

la compagnie des aidants

HÔPITAL FONDATION Adolphe de ROTHSCHILD

RESEAU SEP

Sep'Avenir

URPS KINÉ Ile-de-France

AP-HP. Nord Université de Paris

Avec le soutien de :

Celgene | Bristol Myers Squibb™ Company