

JE PRÉPARE MA CONSULTATION POUR ALLER CHEZ MON MÉDECIN TRAITANT

Mon médecin a toutes les connaissances pour me soigner et m'informer!
Mais je suis le seul à pouvoir décrire mes symptômes, mes craintes et mes besoins!
En préparant ma consultation, je m'assure de ne rien oublier.

5 actions AVANT ma consultation

Je note les sujets que je souhaite aborder avec mon médecin

(ex. la ou les raisons de ma consultation, mon état général depuis la dernière consultation, mes besoins et attentes...)

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____



Je peux attribuer un numéro de priorité à chaque sujet pour faciliter la discussion avec mon médecin.

J'ai des symptômes à signaler. Suis-je en mesure de les décrire précisément (caractéristiques du symptôme, dans quelle situation et/ou à quel moment de la journée se déclare ce symptôme, est-ce lié à un comportement particulier...)?

(ex. toux, essoufflements, difficultés à respirer, perte de connaissance...)

Je liste le(s) médicament(s) que je prends, et précise le dosage et la fréquence de prise

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____



Un ou plusieurs effets d'un médicament peuvent être modifiés par la prise d'un autre médicament, d'où l'importance de signaler tous les traitements que je prends à mon médecin².

Ai-je réuni tous les documents pouvant être utiles pour la consultation ?

(ex. résultats des derniers examens, ordonnances, lettres ou comptes rendus de consultation ou d'hospitalisation¹)

OUI

NON

Ai-je vérifié être en possession de ma carte vitale ?

OUI

NON

de mon carnet de vaccination ?

OUI

NON



Ma prochaine consultation peut être l'occasion de vérifier si je suis à jour de mes vaccinations. Des vaccinations sont recommandées tout au long de la vie, et plusieurs d'entre elles sont particulièrement recommandées chez les personnes ayant une maladie chronique, immunodéprimées et/ou âgées de 65 ans et plus³. Je peux consulter le mémo de vaccination à la fin de ce document et en discuter avec mon médecin traitant, mon pharmacien ou mon infirmier.



3 points-clés PENDANT ma consultation

Ai-je évoqué tous les sujets préparés en amont de la consultation ?

OUI

NON



Je n'hésite pas à noter les réponses de mon médecin durant la consultation¹.

Ai-je pensé à toutes les informations importantes à signaler à mon médecin ?

OUI

NON

Exemples :

- maladies, opérations et anesthésies
- vécu de ma maladie
- médicaments, dosage et fréquence de prise
- doutes/difficultés pour suivre mon traitement
- médicaments mal supportés
- maladies dans ma famille
- allergies
- grossesse ou désir de grossesse
- habitudes de vie (alimentation, sport, tabac, alcool...)
- période difficile en cours (divorce, perte d'emploi, perte d'un proche...)
- traitements pris à mon initiative (compléments alimentaires, médicaments sans ordonnance...) sans oublier ceux pris occasionnellement
- autre sujet à aborder (voyage, vaccination...)

Ai-je compris les réponses de mon médecin, ce que j'ai, ce que je dois faire, quand et comment, et pourquoi c'est important de le faire ?

OUI

NON

(ex. examens à réaliser, traitements et/ou opération prévus, conséquences possibles, résultats attendus...¹)



Je peux faire répéter mon médecin, lui poser des questions pour avoir des explications supplémentaires et lui demander de faire un schéma ou de m'écrire les informations pour m'aider à mieux les comprendre et à ne pas les oublier¹.

Un autre rendez-vous médical à programmer ?

(ex. consultation de suivi, injection des vaccins prescrits, mise à jour de mes vaccinations...).

Je le programme le plus tôt possible pour ne pas l'oublier.

Suis-je à jour de mes vaccinations ?

En tant que personne ayant une maladie chronique, immunodéprimée, et/ou âgée de 65 ans ou plus, plusieurs vaccinations me sont recommandées.

	Pour quelle maladie ?	Pour qui ?	Suis-je concerné ?	Quel(s) vaccin(s) et quel(s) schéma(s) ?
RECOMMANDATIONS PARTICULIÈRES ³	Grippe saisonnière	Les personnes à risque*	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	Vaccin antigrippal 1 dose tous les ans
	Pneumocoque	Les personnes à risque**	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	Vaccin antipneumococcique Schéma associant 1 dose de vaccin conjugué, suivie au moins 2 mois plus tard d'une dose de vaccin polysaccharidique
RECOMMANDATIONS GÉNÉRALES ³	Grippe saisonnière	Personnes âgées de 65 ans et plus	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	Vaccin antigrippal 1 dose tous les ans
	Diphtérie, tétanos, poliomyélite	Tout le monde aux âges fixes de 25 ans***, 45 ans et 65 ans puis tous les 10 ans	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	Rappels du vaccin dTP 1 dose à chaque rappel nécessaire chez l'adulte
	Coqueluche	Les personnes en situation de « cocooning »****	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	Rappel du vaccin dTcaP 1 dose unique

* Personnes à risque de grippe sévère ou compliquée atteintes notamment des maladies suivantes : bronchopneumopathie chronique obstructive (BPCO), asthme, insuffisance cardiaque grave, insuffisance rénale et diabète de type 1 ou type 2. A partir de 65 ans, tous les sujets font partie des recommandations générales³.

** Personnes à risque d'infections à pneumocoque atteintes notamment des maladies suivantes : BPCO, asthme sévère sous traitement continu, insuffisance cardiaque, insuffisance rénale et diabète non équilibré par le simple régime³.

*** Rappel dTcaP à l'âge de 25 ans chez les adultes n'ayant pas reçu de vaccination contre la coqueluche au cours de cinq dernières années³.

**** Toute personne susceptible d'être en contact étroit et durable avec un nourrisson au cours de ses 6 premiers mois : parents, fratrie, grands-parents, baby-sitters...³

vous pouvez consulter l'ensemble des personnes à risque sur le calendrier des vaccinations et recommandations vaccinales.

Concernant la vaccination, je peux aussi en parler à mon pharmacien et mon infirmier.



Pour plus d'informations sur la prévention des maladies infectieuses, rendez-vous sur le site internet objectifpreventionsante.fr

OBJECTIF
PRÉVENTION
SANTÉ

Références (consultées le 07/10/2022)

1. HAS. Guide « Oser parler avec son médecin ». Novembre 2013.
2. Assurance Maladie. Les interactions entre les médicaments. 01/09/2022 En ligne : <https://www.ameli.fr/assure/sante/medicaments/effets-secondaires-et-interactions-lies-aux-medicaments/interactions-medicamenteuses>
3. Ministère de la Santé et de la Prévention. Calendrier des vaccinations et recommandations vaccinales 2022. Juin 2022.

PP-UNP-FRA-0954 Janvier - 2023 Pfizer, Société par actions simplifiée au capital de 47.570 €.

Siège Social 23-25 avenue du Docteur Lannelongue - 75014 Paris - 433 623 550 RCS Paris.

SIREN 433 623 550. SIRET 433 623 550 00020. N° TVA Intra-communautaire FR 73 433 623 550. Locataire-gérant de Pfizer Holding France.