

Petit guide de la préparation au traitement de l'hépatite C



Une fois que vous avez décidé de recevoir le traitement contre l'hépatite C, la prochaine étape consiste à vous y préparer. Cette brochure est conçue pour vous aider à vous préparer personnellement et à organiser votre vie en fonction de votre traitement.

Petit guide de la préparation au traitement de l'hépatite C

Pour vous aider à vous préparer à ce traitement, voici 10 sujets sur lesquels nous vous invitons à vous pencher. Certains pourraient nécessiter plus de temps que d'autres. Il n'est pas nécessaire de les passer en revue dans un ordre précis, mais il serait bon de commencer par celui qui s'intitule « Parler avec votre prestataire de soins de santé ».

Vous trouverez dans ce guide une série de petites cases que vous pourrez cocher lorsque vous avez fini de travailler sur une question particulière. Voici la liste des sujets dont traite ce guide, avec les numéros des pages correspondantes.

Table des matières

Parler avec votre prestataire de soins de santé.....	2
Êtes-vous prêt(e) physiquement?.....	3
Êtes-vous prêt(e) sur le plan émotif?.....	4
Êtes-vous bien décidé(e)?.....	5
Êtes-vous prêt(e) sur le plan matériel?.....	6
Vos amis et votre réseau social sont-ils prêts?.....	7
Êtes-vous prêt(e) financièrement?.....	8
Votre équipe de soutien locale est-elle prête?.....	9
Votre vie est-elle organisée en conséquence?.....	10
Charte des droits personnels.....	11
Y a-t-il d'autres choses à demander ou à faire?.....	12

Se préparer au traitement

Parler avec votre prestataire de soins de santé



Voici des questions à poser à votre **prestataire de soins de santé** à propos du traitement.

Pour vous aider à vous préparer personnellement au traitement, demandez-lui :

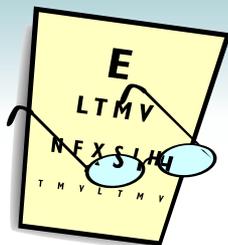
- De quel génotype du virus de l'hépatite C suis-je atteint(e)?
- Combien de temps durera le traitement?
- Quels sont les effets secondaires du traitement?
- Comment dois-je gérer les effets secondaires qui m'inquiètent?

Énumérez les autres questions que vous vous posez à propos du traitement.

- Je veux savoir _____ ?
- Je veux savoir _____ ?
- Je veux savoir _____ ?

Se préparer au traitement

Êtes-vous prêt(e) physiquement?



Voici des questions auxquelles vous devez réfléchir ou que vous devez poser à votre prestataire de soins de santé pour vous préparer **physiquement**.

Pour vous préparer physiquement au traitement, posez-vous les questions suivantes :

- Ai-je eu un examen dentaire pour vérifier si j'ai des problèmes de ce côté?
- Ai-je subi un examen oculaire au cours de la dernière année?
- Y a-t-il d'autres problèmes de santé dont je dois m'occuper avant d'entreprendre mon traitement?
- Ai-je besoin de rencontrer d'autres prestataires de soins de santé?
- Suis-je prêt(e) à accepter de subir des tests sanguins et des injections?

Écrivez les autres questions que vous vous posez à propos de votre préparation physique.

- Je veux savoir _____ ?
- Je veux savoir _____ ?
- Je veux savoir _____ ?

Se préparer au traitement

Êtes-vous prêt(e) sur le plan émotif?



Voici des questions auxquelles vous devez réfléchir ou que vous devez poser à votre prestataire de soins de santé pour vous préparer au traitement du point de vue **émotif**.

Pour vous préparer sur le plan émotif, posez-vous les questions suivantes :

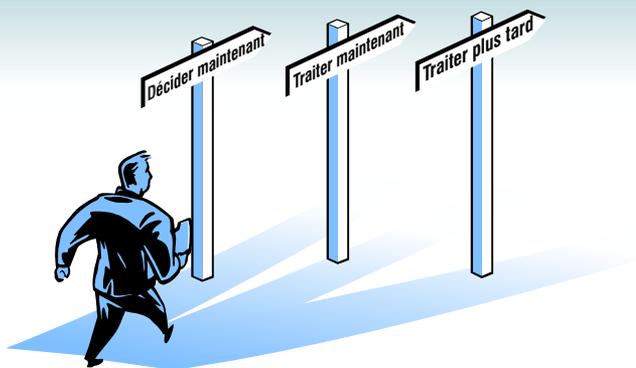
- Quel est mon état de santé mentale?
- Ai-je besoin de l'aide d'un professionnel en santé mentale? Si c'est le cas, où puis-je en trouver un?
- Comment dois-je gérer les périodes plus difficiles? Les moments où j'ai le moral à plat?
- Comment dois-je gérer mes problèmes de sommeil?
- Suis-je en mesure de réagir aux situations stressantes de manière équilibrée?

Que vais-je faire si j'ai de la difficulté à traverser une période difficile?

- Qui puis-je appeler? _____
- Comment puis-je me reposer? _____
- Que puis-je faire? _____

Se préparer au traitement

Êtes-vous bien décidé(e)?



Voici des questions auxquelles vous devez réfléchir ou que vous devez poser à votre prestataire de soins de santé pour vous préparer **mentalement**.

Pour vous préparer mentalement au traitement, posez-vous les questions suivantes :

- Est-ce que je veux suivre ce traitement?
- Suis-je bien déterminé(e) à suivre ce traitement?
- D'où la motivation me viendra-t-elle pour continuer à suivre mon traitement?

Si je traverse une période difficile, que puis-je me dire sur les raisons qui m'ont motivé(e) à entreprendre ce traitement?

- _____
- _____
- _____

Se préparer au traitement

Êtes-vous prêt(e) sur le plan matériel?



Voici des questions auxquelles vous devez réfléchir ou que vous devez poser à votre prestataire de soins de santé pour organiser votre vie sur le **plan matériel**.

Pour être prêt(e) sur le plan matériel, posez-vous les questions suivantes :

- Ai-je un endroit sûr où je pourrai vivre et me reposer?
- Ai-je un réfrigérateur pour garder mes médicaments au frais?
- Suis-je toujours en mesure d'avoir de la nourriture quand j'en ai besoin?
- Comment les gens peuvent-ils me laisser un message téléphonique?
- Est-ce que je serai en mesure de me rendre à mes rendez-vous?

Que dois-je encore organiser avant d'entreprendre mon traitement?

- _____
- _____
- _____

Se préparer au traitement

Vos amis et votre réseau social sont-ils prêts



Voici des questions auxquelles vous devez réfléchir pour aider vos **amis et votre réseau social** à se préparer à votre traitement.

Pour aider vos amis et votre réseau social à se préparer, posez-vous les questions suivantes :

- Les gens qui se soucient de moi savent-ils que j'entreprends ce traitement?
- Mes amis ou ma famille se posent-ils des questions ou ont-ils des inquiétudes à propos de mon traitement?
- À qui mes amis ou ma famille peuvent-ils parler pour obtenir des réponses à leurs questions ou à leurs inquiétudes?
- Qui sera en mesure de m'aider pendant mon traitement?
- Que peuvent-ils faire pour m'aider?

Y a-t-il quelqu'un à qui j'ai encore besoin de parler avant d'entreprendre mon traitement?

- _____
- _____
- _____

Se préparer au traitement

Êtes-vous prêt(e) financièrement?



Voici des questions auxquelles vous devez réfléchir ou que vous devez poser à votre prestataire de soins de santé pour vous aider à vous préparer **financièrement**.

Pour vous aider à vous préparer financièrement, posez-vous les questions suivantes :

- Dois-je faire quelque chose pour m'assurer d'avoir un revenu si je ne peux pas travailler?
- Ai-je un régime d'assurance médicale qui couvrira le coût du traitement?
- Serai-je obligé(e) de demander des prestations d'invalidité pendant mon traitement?
- Si mon travail est saisonnier (c'est-à-dire limité à certaines périodes de l'année), à quel moment serait-il préférable que j'entreprenne mon traitement?

Dois-je remplir une demande pour obtenir quoi que ce soit avant d'entreprendre mon traitement?

- _____
- _____
- _____

Se préparer au traitement

Votre équipe de soutien locale est-elle prête?



Voici des questions auxquelles vous devez réfléchir ou que vous devez poser à votre prestataire de soins de santé pour aider votre **équipe de soutien** locale à se préparer.

Pour aider votre équipe de soutien locale à se préparer à votre traitement, posez-vous les questions suivantes :

- Quel appui les prestataires de soins de santé peuvent-ils m'offrir?
- Selon moi, de quel autre genre d'appui aurai-je besoin?
- Qui puis-je appeler pour obtenir de l'aide (p. ex., pour faire l'épicerie ou vérifier si je vais bien)?
- À qui puis-je parler si un problème surgit pendant mon traitement?
- Qui puis-je appeler en cas d'urgence?

Qui fait partie de mon équipe de soutien?

- _____
- _____
- _____

Se préparer au traitement

Votre vie est-elle organisée en conséquence?



Voici des questions auxquelles vous devez réfléchir pour vous aider à organiser votre **vie** en fonction de votre traitement.

Pour organiser votre vie en fonction de votre traitement, posez-vous les questions suivantes :

- Se passe-t-il beaucoup de choses dans ma vie à l'heure actuelle?
- Est-ce que je prévois commencer un nouvel emploi ou changer d'établissement scolaire?
- Est-ce que je prévois déménager?
- Ai-je des responsabilités pour lesquelles j'aurai besoin d'aide (p. ex., s'occuper de jeunes enfants)?
- Serai-je en mesure de garder l'équilibre entre ma vie et mon traitement?
- Dois-je retarder mon traitement pendant quelque temps?

Est-ce que quelque chose changera dans ma vie au cours des prochains mois?

- _____
- _____
- _____

Se préparer au traitement

Voici une « charte des droits personnels ». Ces idées peuvent vous aider à mieux défendre vos droits au moment où vous cherchez à obtenir des soins et un traitement...

CHARTRE DES DROITS PERSONNELS

1. J'ai le droit d'exprimer mes besoins.
2. J'ai le droit de refuser les services ou les ressources qui ne répondent pas à mes besoins.
3. J'ai le droit de changer d'avis.
4. J'ai le droit d'exprimer mes sentiments, qu'ils soient positifs ou négatifs.
5. J'ai le droit de fixer mes priorités.
6. J'ai le droit de faire valoir mes droits.
7. J'ai le droit de ressentir de la crainte ou de la peur.
8. J'ai le droit de ne pas justifier mes décisions.
9. J'ai le droit d'être traité(e) avec dignité et respect.
10. J'ai le droit de m'amuser et d'être frivole.
11. J'ai le droit que les autres fassent preuve d'honnêteté à mon égard.
12. J'ai le droit de faire une pause dans la défense de mes droits et de demander de l'aide.
13. J'ai le droit d'être en colère.
14. J'ai le droit de dire que je ne suis pas prêt(e) ou que je suis incapable de répondre aux demandes et aux attentes des autres.
15. J'ai le droit de recevoir des copies de tout ce que je signe.
16. J'ai le droit de consulter mon dossier médical.

Se préparer au traitement

Y a-t-il d'autres choses à demander ou à faire?



Voici un espace où vous pouvez noter d'autres choses que vous devez faire ou demander.

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

Pour de plus amples renseignements, rendez-vous à l'adresse hepatitiseducation.ca ou www.bccdc.ca et tapez « **Projet de participation** » dans la case de recherche.

Ce document a été rédigé par l'équipe du projet Participation aux soins des personnes atteintes d'hépatite C (info@hepatitiseducation.ca). Il n'aurait pas vu le jour sans l'aide précieuse de personnes atteintes d'hépatite C et de prestataires de services de partout au Canada, sans l'appui de l'Université de la Colombie-Britannique et du Centre de contrôle des maladies de la Colombie-Britannique, ou sans le financement de l'Agence de la santé publique du Canada.

Les points de vue exprimés ici ne reflètent pas nécessairement les points de vue de l'Agence de la santé publique du Canada.

Nous tenons à remercier tout particulièrement la North Island Liver Clinic de la C.-B., dont les documents sur la préparation au traitement nous ont inspirés pour mettre au point le présent guide.



**Programme canadien
d'éducation sur l'hépatite**



Copyright © 2014 Programme canadien d'éducation sur l'hépatite. Cette publication peut être reproduite et redistribuée à des fins éducatives et non commerciales. Toutes les copies doivent contenir l'énoncé suivant : « Copyright © 2014 Programme canadien d'éducation sur l'hépatite. Cette publication a été reproduite avec la permission du Programme canadien d'éducation sur l'hépatite. » Pour de plus amples renseignements, visitez hepatitiseducation.ca.