

Matrice de compétences établie par d'Ivernois et Gagnayre	
<i>Cette liste de compétences s'inspire des modèles théoriques de l'éducation thérapeutique du patient et de l'observation des programmes et pratiques d'éducation thérapeutique pour les patients atteints de maladies chroniques comme le diabète et l'asthme.</i>	
Compétences	Objectifs spécifiques (exemples)
<i>1. Faire connaître ses besoins, déterminer des buts en collaboration avec les soignants, informer son entourage</i>	<i>Exprimer ses besoins, ses valeurs, ses connaissances, ses projets, ses attentes, ses émotions (diagnostic éducatif)</i>
<i>2. Comprendre, s'expliquer</i>	<i>Comprendre son corps, sa maladie, s'expliquer la physiopathologie, les répercussions socio-familiales de la maladie, s'expliquer les principes du traitement</i>
<i>3. Repérer, analyser, mesurer</i>	<i>Repérer des signes d'alerte des symptômes précoces, analyser une situation à risque, des résultats d'examen. Mesurer sa glycémie, sa tension artérielle, son débit respiratoire de pointe...</i>
<i>4. Faire face, décider...</i>	<i>Connaître, appliquer la conduite à tenir face à une crise (hypoglycémie, hyperglycémie, crise d'asthme...), décidé dans l'urgence...</i>
<i>5. Résoudre un problème de thérapeutique quotidienne, de gestion de sa vie et de sa maladie, résoudre un problème de prévention</i>	<i>Ajuster le traitement, adapter les doses d'insuline. Réaliser un équilibre diététique sur la journée, la semaine. Prévenir les accidents, les crises. Aménager un environnement, un mode de vie favorables à sa santé (activité physique, gestion du stress...)</i>
<i>6. Pratiquer, faire</i>	<i>Pratiquer les techniques (injection d'insuline, autocontrôle glycémique, spray, chambre d'inhalation, peak flow). Pratiquer les gestes (respiration, auto examen des œdèmes, prise de pouls...). Pratiquer des gestes d'urgence</i>
<i>7. Adapter, réajuster</i>	<i>Adapter sa thérapeutique à un autre contexte de vie (voyage, sport, grossesse...). Réajuster un traitement ou une diététique. Intégrer les nouvelles technologies médicales dans la gestion de sa maladie</i>
<i>8. Utiliser les ressources du système de soins. Faire valoir ses droits</i>	<i>Savoir où et quand consulter, qui appeler, rechercher l'information utile. Faire valoir des droits (travail, école, assurances...). Participer à la vie des associations de patients...</i>