

Collection
Bien gérer ses traitements



Centre **R**essources **I**nformations **P**atients MNT

L'utilisation du Lamira **en 4 étapes**

&

**Introduction à la nutrition et
à la kinésithérapie respiratoire**



Dispositif pour le traitement par nébuliseur des
Mycobactéries Non Tuberculeuses pulmonaires

Mieux vivre
au quotidien



07 80 99 42 72

Le mémo du quotidien

TEMPS 1

Sortir le produit du réfrigérateur 45 minutes à 1 heure avant son utilisation.

Homogénéiser le contenu du flacon en le secouant pour éviter le dépôt du produit au fond du flacon.

TEMPS 2

Bien se laver les mains avant le montage pour éviter toute contamination.

Manipuler les pièces délicatement.

Ne pas mettre les doigts sur la partie métallique.

TEMPS 3

Mettre l'appareil en route.

S'installer confortablement pour l'inhalation.

Inhaler en inspirant et expirant par la bouche.

Faire une pause de 3 à 4 seconde entre inspiration et expiration pour la bonne diffusion du produit dans les poumons.

TEMPS 4

Rincer à l'eau chaude toutes les pièces du nébuliseur (à l'exception du moteur et des cables).

Nettoyer toutes les pièces avec le liquide vaisselle.

Rincer pour ôter toute trace de liquide vaisselle.

Steriliser.

L'utilisation du Lamira

en 4 étapes

1 MONTAGE

Cette étape de montage est capitale pour mettre le nébuliseur en état de fonctionnement avant de pouvoir l'utiliser.

2 PREPARATION

Pour diffuser l'antibiotique dans les poumons, il faut verser le contenu du flacon dans le réservoir du nébuliseur prévu à cet effet.

3 UTILISATION

Comment finaliser le montage et se mettre dans les meilleures conditions et utiliser le nébuliseur pour une utilisation optimale.

4 NETTOYAGE

Après chaque utilisation, tout le matériel doit être nettoyé et stérilisé. Il doit ensuite être laissé à l'air libre pour qu'il sèche.



DU CONTENU DE LA BOITE...



... A LA NEBULISATION





1 MONTAGE

Cette étape de montage est capitale, elle permet de mettre le nébuliseur en état de fonctionnement avant de pouvoir l'utiliser.

A noter :

La tête d'aérosol, pièce très fragile, doit être remplacée 1 fois par semaine (soit toutes les 7 nébulisations).

Chaque boîte contient 4 têtes d'aérosol (et un nébuliseur).





Ouvrir le dispositif en plastique et insérer la valve bleue.



Attention à la position des ailettes de la valve bleue

Insérer la tête de l'aérosol et fermer le dispositif.



Ne **JAMAIS** toucher la partie métallique de la tête du nébuliseur.

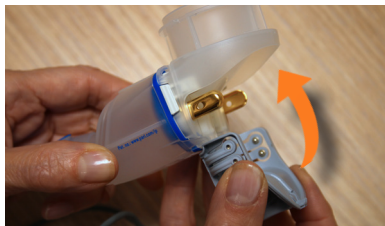
Tenir la tête de l'aérosol **UNIQUEMENT** par les côtés en plastique.

Le mot «LAMIRA» doit être visible et en haut.





Insérer l'embout buccal et raccorder le cordon de connection.



Raccorder le cordon de connection et le cordon d'alimentation au contrôleur.





NOTES



2 PREPARATION

Sortir le flacon du réfrigérateur et le secouer 10 à 15 secondes.



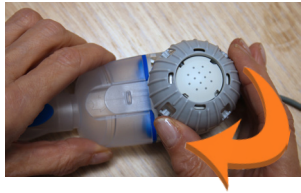
Laisser à température ambiante pendant au moins 45 minutes avant utilisation.
Après avoir secoué le flacon, vérifier que son contenu soit homogène.

Ouvrir le flacon après l'avoir secoué.

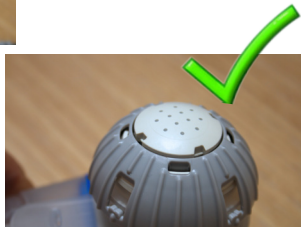
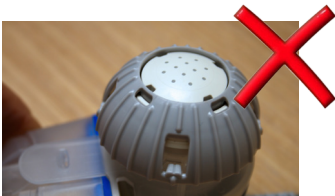




Verser dans le réservoir et le verrouiller avant la nébulisation.



Le dôme du bouchon doit être remonté.



③ UTILISATION

Allumer le contrôleur et attendre 2 à 3 secondes.



Pour allumer le contrôleur, appuyer sur le bouton noir «on/off» (un «bip» retentit)

Mettre l'embout buccal dans la bouche et respirer lentement.



Bien entourer l'embout buccal avec les lèvres. Respirer lentement et profondément. Inspirer, faire une pause de 3 à 4 secondes et expirer. Maintenir le dispositif horizontal pendant toute la nébulisation.

Terminer la nébulisation.



Le nébuliseur vous indiquera la fin de la nébulisation (par un «bip») puis s'éteindra automatiquement.

Vérifier que le réservoir est vide.



S'il reste plus que quelques gouttes, appuyer sur le bouton «on/off» et terminer la dose. Après chaque utilisation, nettoyer et désinfecter le matériel et le conserver à l'abri des salissures (dans un linge, une boîte...).

En cas de besoin vous pouvez interrompre la nébulisation.



Pour interrompre quelques minutes la nébulisation appuyer sur le bouton «on/off». Pour reprendre la nébulisation appuyer à nouveau sur le bouton «on/off».



NOTES



4 NETTOYAGE

Le nettoyage et la stérilisation sont des étapes majeures avant et après chaque utilisation du nébuliseur.

Ces deux étapes sont indispensables pour assurer la sécurité d'emploi et l'efficacité du nébuliseur

Ustensiles dont vous aurez besoin :

1. Du liquide vaisselle
2. Une marmite pour porter l'eau à ébullition
3. Un linge qui ne peluche pas (*ne pas utiliser de papier absorbant par exemple*) pour laisser sécher l'ensemble à l'air libre





Démonter totalement le nébuliseur.
Nettoyer et stériliser les éléments
ci-dessous.



La tête de l'aérosol est un élément **FRAGILE**.
Il ne faut **JAMAIS** toucher la partie métallique
avec les doigts.
Il est recommandé de ne l'utiliser que 7 fois.
Dans chaque boîte il y a 4 têtes d'aérosol.



Laisser tremper tous les éléments
5 minutes dans l'eau savonneuse
après les avoir passés sous l'eau
claire.



Pour cette étape vous aurez
besoin de liquide vaisselle



Utiliser **UNIQUEMENT** du liquide vaisselle.
Ne **JAMAIS** utiliser de produits détergents.
Bien se laver les mains avant la manipulation.

Rincer chaque élément à l'eau
courante pendant 10 secondes.



Rincer toutes les faces de chaque élément.

Stériliser dans l'eau bouillante pendant 5 bonnes minutes.



Pour cette étape vous aurez besoin d'une marmite



N'utiliser que de l'eau potable pour stériliser tout le matériel.

Laisser sécher à l'air libre puis recouvrir avec le linge une fois que tout est sec et ranger son matériel jusqu'à la prochaine utilisation .



Pour cette étape vous aurez besoin d'un linge qui ne peluche pas



Ne **JAMAIS** essayer les différents éléments.
Laisser sécher sur un linge qui ne peluche pas pour éviter tout dépôt sur les éléments.
Ne **JAMAIS** mettre dans un four à micro-ondes pour stériliser ou sécher les matériels.

NUTRITION



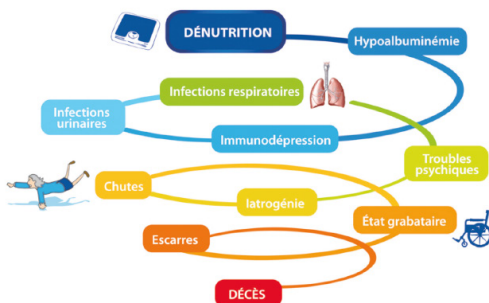
Dans l'élaboration d'une stratégie thérapeutique visant à contrôler une infection MNT, il est maintenant scientifiquement établi que l'approche nutritionnelle (tout comme les exercices respiratoires) doit faire partie de la prise en charge globale.

Pourquoi ?

Dans la spirale de la dénutrition l'amaigrissement précède d'ailleurs un déficit immunitaire et des infections respiratoires.

LA SPIRALE DE LA DÉNUTRITION

D'après le Dr Monique Ferry (1992)



Selon plusieurs études, un faible poids corporel ainsi que les déficits nutritionnels comptent parmi les facteurs prédisposant aux infections à MNT



Que faire ?

Pour compléter la prise en charge des patients infectés par une mycobactérie non tuberculeuse pulmonaire, nous proposons des entretiens personnalisés et gratuits de nutrition. Compte tenu, entre autre, de la situation sanitaire actuelle ces entretiens seront réalisés soit par téléphone soit par « webconférence ».

Comment cela va-t-il se passer ?

Lors de ces entretiens, il s'agira tout d'abord de faire un bilan de l'état nutritionnel, du style de vie et de la qualité de l'alimentation du patient pour personnaliser les propositions d'accompagnement nutritionnel. Au-delà de l'amélioration voire des corrections de son alimentation, selon les cas des compléments alimentaires spécifiques pourront être proposés.

**Pour prendre un RDV pour un
accompagnement Nutrition
Gratuit**

Contactez-nous :

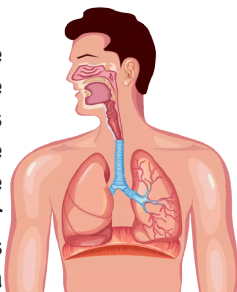


07 80 99 42 72



KINESITHERAPIE

L'un des éléments clés de la prise en charge est le désencombrement des voies aériennes supérieures (terme un peu technique pour dire qu'il est important de dégager les bronches de toutes les sécrétions pour améliorer la respiration).



Pourquoi ?

Libérer les poumons permet d'éviter les surinfections liées à la stagnation des sécrétions pulmonaires.

Comment faire ?

L'idée, simple, est d'accélérer la vitesse d'écoulement de l'air dans les poumons pour aider au décollement et au dégagement des sécrétions muqueuses.

Pour cela, une technique spécifique, le drainage autogène a été développée en Belgique dans les années 80 par Jean Chevaillier. C'est une méthode plus naturelle et physiologique que les précédentes qui permet d'aller chercher le mucus dans les petites bronches et de les dégager en douceur et en profondeur.

Cette technique est d'ailleurs recommandée par la conférence de consensus de Lyon de 1994 et par l' 'Airways Clearance Technique Review of IPGPF (International Physiotherapy for Cystic Fibrosis).

Apprendre cette technique c'est apprendre la position optimale, apprendre à inspirer puis à expirer pour atteindre le flux optimal permettant le décollement le rassemblement et l'évacuation du mucus.

L'intérêt de cette méthode est qu'après une période de formation par un kinésithérapeute respiratoire spécialisé qui va s'assurer des bons gestes, si vous le souhaitez, vous pouvez devenir autonome !

le drainage autogène présente de nombreux avantages par rapports à la kinésithérapie respiratoire « classique » au-delà du rapport meilleure efficacité – moindre effort :

- moins d'irritation et d'inflammation des bronches
- moins de fatigue
- meilleure connaissance de soi et de sa respiration
- préservation des mouvements respiratoires paradoxaux (c'est à dire inspirer en rentrant le ventre et expirer en le gonflant)
- contrôle de sa toux...

**Pour trouver un professionnel
formé à cette méthode**

Contactez-nous :



07 80 99 42 72



Raconter

En devenant narrateur de notre propre histoire, nous en devenons pleinement acteur.

Prendre le temps de raconter, à soi et aux autres, améliore la connaissance de soi et aide à formuler ses projets.

Couramment utilisé dans l'accompagnement de personnes en recherche d'emploi, reconversion, reprise d'études, bilan de compétences, le récit de vie constitue un outil d'aide précieux pour les personnes vivant avec une maladie chronique.

Le récit éclaire les multiples dimensions de l'expérience de la maladie vécue à la première personne

Votre récit apporte un savoir complémentaire à celui des soignants, qui parfois peut être plus technique.

Racontez nous votre histoire et, si vous le souhaitez, nous pourrons la partager avec d'autres patients



Partager

Vos commentaires sur le site internet
[www.mnt *actif* *sante*.org](http://www.mntactifsante.org)

Vos questions / Vos réponses
sur le Forum privé

Vos découvertes d'articles d'intérêt
grâce la plateforme collaborative
***ACTIF SANTÉ* MNT**

Vous contribuerez ainsi à augmenter les connaissances sur la vie quotidienne avec la maladie.

Pour vous inscrire et participez
contactez nous.



07 80 99 42 72



secretariatMNT@mntactifsante.org



Si chaque histoire est unique, l'expérience peut aider les autres.

L'aide la plus simple est l'échange, la discussion, le partage. C'est pourquoi vous pouvez facilement participer à un groupe de réflexion sur la vie avec la maladie.

Et, si vous le souhaitez, par la suite, de renforcer le réseau et valoriser cette expérience personnelle grâce au réseau de personnes atteintes par une MNT

Prenez Rendez-Vous



07 80 99 42 72

LE PATIENT COMPAGNON

Envie d'être utile ?

Le Patient compagnon participe à l'information des patients, des accompagnants et à la valorisation de l'expérience patient.

Il adhère à des valeurs d'empathie et de respect mutuel.

Il participe à la vie de l'association, en fonction de ses disponibilités, par exemple pour

- développer le réseau des personnes vivant avec des mycobactéries non tuberculeuses, en apportant ses compétences.
- accompagner d'autres patients dans le parcours de soins
- assurer quelques heures de permanence téléphonique.
- participer aux réunions avec les médecins, à des colloques médicaux
- faire la veille des articles de presse et des actualités
- commenter et relayer le plus largement possible l'actualité de ses réseaux sociaux, animer le forum des questions/ réponses
- représenter les patients ayant une mycobactérie non tuberculeuse aux réunions avec les institutions (DGS, ANSM, etc...)

N'hésitez plus : contactez nous !



07 80 99 42 72



secretariatMNT@mntactifsante.org



NOTES



Collection

Bien gérer ses traitements



A PARAÎTRE

Collection



Centre
Ressources
Informations
Patients MNT



Nutrition

Coordination : Florence Thuderoz

Conseils nutritionnels d'accompagnement
du traitement des Mycobactéries Non
Tuberculeuses pulmonaires

**Mieux vivre
au quotidien**



07 80 99 42 72

Collection



Centre
Ressources
Informations
Patients MNT



**Kinesithérapie
respiratoire**

Coordination :

Conseils de dégagement des voies aériennes
pour l'accompagnement du traitement des
Mycobactéries Non Tuberculeuses pulmonaires

**Mieux vivre
au quotidien**



07 80 99 42 72

**ACTIF
SANTÉ** 9 rue Mathurin Régnier
75015 Paris

Actif Santé est une association de patients agréée, représentation nationale des usagers du système de santé ayant une habilitation à délivrer des actions de formation de base.
J.O. juin 2017

Imprimé avril 2021
Par PRIMUS-PRINT.FR 1 rue de la Chapelle - BP 50517
F-57205 Sarreguemines Cedex