

Cette présentation a été effectuée le 11 mars 2010, au cours de la journée « Le développement de "l'Internet-santé" : quels sont les enjeux pour la santé publique? » dans le cadre des Journées annuelles de santé publique (JASP) 2010. L'ensemble des présentations est disponible sur le site Web des JASP, à l'adresse <http://www.inspq.qc.ca/archives/>.

GuideSanté et autres vecteurs de transformation du système de santé québécois

Robert PERREAULT, M.D. FRCPC
rperreau@santepub-mtl.qc.ca

Modèles théoriques qui sous-tendent l'approche d'aide à la décision en ligne

- ▶ Le *modèle écologique* (Bronfenbrenner) pour la vision et l'imputabilité « populationnelle » des institutions publiques
- ▶ Le *Consumer Information Processing Model* (Bettman, McGuire et coll.) pour la création et la diffusion multimedia d'info de santé
- ▶ Le *Stages of Change Model* (Prochaska et DiClemente) pour l'intervention sur les modes de vie individuels
- ▶ Le *modèle motivationnel* (Miller et Rollnick) pour l'intervention dans les Centres d'éducation pour la santé

Parties constitutives
d'un modèle
intégrateur

Chronic Care Model (CCM)

Wagner et coll. 2001

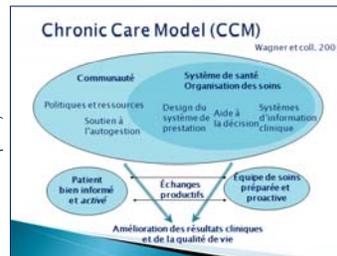


Zones d'influence des outils d'information et d'aide à la décision



Qu'est-ce qui caractérise le patient "informé et actif" du CCM ?

"Patient Informé et actif"



« L'information, les habiletés, la *motivation* et la *confiance en soi* sont nécessaires pour prendre des décisions concrètes relative à sa santé et pour la gérer de manière efficace » (Wagner)

Un défi andragogique

- ✓ **Comprendre** comment les gens utilisent l'information dans un contexte sanitaire
- ✓ **Moduler** les stratégies d'éducation thérapeutique selon :
 - le stade d'évolution du problème chronique ou aigu
 - la nature plus ou moins dynamique de la relation du patient avec le professionnel
 - la capacité de la personne de participer activement
- ✓ **Développer** des services susceptibles d'avoir des effets au niveau pratique, cognitif et affectif:
 - **Information et habiletés**
 - **Motivation et confiance en soi**

Vecteurs d'innovation en cours au Québec

Information + habiletés

- L'information sur demande
 - Guide santé – Portail du gouvernement québécois
 - Système de prescription personnalisée par le médecin traitant

Motivation + confiance en soi (efficacité personnelle)

- Le Système de prévention clinique de Mtl
 - Centres d'éducation pour la santé (CES)
 - Centres d'abandon du tabagisme (CAT)
 - Infirmières conseil en prévention clinique
- Web 2.0
 - Sites de socialisation
 - Sites de solidarité
 - Sites d'entraide

Sur demande

Guide santé Portail du Gouvernement du Québec

The screenshot shows the Québec Guide Santé website. At the top, there is the Québec logo and navigation links for 'Portail Québec', 'Aide', 'Plan du site', 'Pour nous joindre', and 'English'. Below this is a search bar with the text 'Chercher dans ce guide'. The main content area is titled 'Guide Santé' and includes a list of topics: 'Problèmes de santé courants', 'Maladies', 'Médicaments *', 'Tests cliniques', 'Chirurgies d'un jour', 'Prévention', and 'Plan d'action santé'. A 'NOUVEAUTE' tag is next to the last item. The text below the list states: 'En matière de santé, il importe d'être bien informé. Le Guide Santé propose une information simple, pratique et fiable pour vous aider à faire face à un problème de santé non urgent et à mieux utiliser les services de santé du Québec. Il offre également des conseils pratiques pouvant vous permettre de jouer un rôle actif dans la prise en charge de votre santé. Le Guide Santé ne remplace pas une consultation médicale ou professionnelle. Il présente une information de nature générale qui ne doit pas être considérée comme un avis médical ou professionnel.' At the bottom, there is a footer with the text: 'Dernière modification de cette page : 2008-04-15', '© 2006-2009 Médimed Inc. Toute reproduction ou réutilisation interdite', 'Aide | Pour nous joindre', 'À propos de Services Québec | À propos de ce portail | Politique de confidentialité | Conditions d'utilisation', and 'Québec' logo with '© Gouvernement du Québec, 2009'.

www.guidesante.gouv.qc.ca

http://www.guidesante.gouv.qc.ca/fr/fiche/m1.shtml

Portail Québec

ACCUEIL SERVICES QUÉBEC - CITOYENS

Chercher dans ce guide

Portail Québec > Citoyens > Guide Santé > Problèmes de santé courants

Problèmes de santé courants

Face à un problème de santé courant et non urgent qui se présente à vous ou à quelqu'un de votre entourage, vous trouverez ici de l'information susceptible de vous aider.

[Liste alphabétique](#)

Liste par catégorie

Accidents et mésaventures
Brûlures, coupures, empoisonnements, etc.

Maladies infectieuses
Pneumonic, scarlatine, etc.

Tête, oreilles, yeux et nez
Mal de tête, nez qui coule, etc.

Bouche, gorge et cou
Mal de gorge, toux, enflure du cou, etc.

Problèmes cardiaques et respiratoires
Essoufflement, difficulté à respirer, etc.

Problèmes digestifs et abdominaux
Constipation, diarrhée, etc.

Internet 100%

http://www.guidesante.gouv.qc.ca/fr/fiche/m2.shtml

Portail Québec

ACCUEIL SERVICES QUÉBEC - CITOYENS

Chercher dans ce guide

Portail Québec > Citoyens > Guide Santé > Maladies

Maladies

Vous voulez en connaître plus sur une maladie qui vous affecte, vous ou quelqu'un de votre entourage. Vous trouverez ici de l'information pouvant vous permettre de collaborer efficacement avec les professionnels de la santé, ainsi que des conseils pratiques au quotidien.

- [Accident vasculaire cérébral](#)
- [Alzheimer](#)
- [AnGINE](#)
- [Anorexie](#)
- [Anxiété généralisée \(TAG\)](#)
- [Arthrite](#)
- [Asthme](#)
- [Athérosclérose](#)
- [Boulimie](#)
- [Cancer](#)
- [Cancer de la prostate](#)
- [Cancer du poumon](#)
- [Cancer du sein](#)
- [Chlamydia](#)
- [Cholécystite ou lithiase vésiculaire](#)
- [Dépression diagnostiquée](#)

Internet 100%

Services aux citoyens : Portail Québec - Windows Internet Explorer

http://www.guidesante.gouv.qc.ca/fr/fiche/m8a.shtml

Portail Québec

Aide Plan du site Pour nous joindre English

ACCUEIL SERVICES QUÉBEC - CITOYENS

Chercher dans ce guide

Portail Québec > Citoyens > Guide Santé > Médicaments

Guide Santé

Problèmes de santé courants

Maladies

Médicaments

Modes d'administration

Fidélité au traitement

Tests cliniques

Chirurgies d'un jour

Prévention

Plan d'action santé

Médicaments

Qu'il s'agisse de médicament prescrit par votre médecin ou de produit disponible en vente libre, il importe d'être bien informé. Avant de prendre tout médicament ou produit, il s'agit notamment d'en vérifier les contre-indications et de bien comprendre les précautions qui vous permettront de minimiser les risques tout en assurant l'efficacité du traitement.

Au-delà des recommandations précieuses de votre médecin et de votre pharmacien, vous trouverez ici pour les médicaments les plus fréquemment utilisés un résumé de l'information susceptible de vous aider.

A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z #

Cliquez sur la première lettre du nom du médicament.

A

- [AAS + Caféine](#)
- [AAS + Caféine + Codéine](#)
- [Abacavir](#)
- [Abacavir + Lamivudine](#)
- [Abacavir + Lamivudine + Zidovudine](#)
- [Abenol](#)
- [Acarbose](#)

http://www.guidesante.gouv.qc.ca/fr/fiche/rx-2274.shtml

Internet 100%

démarrer

Robert Perr... ~4256655.p... Services aux... PERREALLT... Présentation2 15:09

Services aux citoyens : Portail Québec - Windows Internet Explorer

http://www.guidesante.gouv.qc.ca/fr/fiche/m3.shtml

Portail Québec

Aide Plan du site Pour nous joindre English

ACCUEIL SERVICES QUÉBEC - CITOYENS

Chercher dans ce guide

Portail Québec > Citoyens > Guide Santé > Tests cliniques

Guide Santé

Problèmes de santé courants

Maladies

Médicaments

Tests cliniques

Préparation aux examens cliniques

Chirurgies d'un jour

Prévention

Plan d'action santé

Tests cliniques

En prévision d'un test, il est souhaitable de bien s'informer afin d'éviter les malentendus, les inquiétudes injustifiées et les inconvénients inutiles.

- [Acuité visuelle](#)
- [Amniocentèse](#)
- [Angiographie à la fluorescéine](#)
- [Angiographie pulmonaire](#)
- [Antiquène prostatique spécifique](#)
- [Biopsie de la moelle osseuse](#)
- [Biopsie de la peau](#)
- [Biopsie de la prostate](#)
- [Biopsie de l'endomètre](#)
- [Biopsie du poumon](#)
- [Biopsie du sein par excision](#)
- [Biopsie du sein par ponction à l'aiguille](#)
- [Biopsie percutanée du foie](#)
- [Biopsie percutanée du rein](#)
- [Bronchoscopie](#)
- [Cholangiopancréatographie rétrograde endoscopique](#)
- [Coloscopie](#)
- [Coloscopie](#)

Terminé

Internet 100%

démarrer

Robert Perr... ~4256655.p... Services aux... PERREALLT... Présentation2 15:09

Services aux citoyens : Portail Québec - Windows Internet Explorer

http://www.guidesante.gouv.qc.ca/fr/fiche/m4.shtml

Services aux citoyens : Portail Québec

Québec                                                      

Portail Québec Aide Plan du site Pour nous joindre English

ACCUEIL SERVICES QUÉBEC - CITOYENS

Chercher dans ce guide

Portail Québec > Citoyens > Guide Santé > Chirurgies d'un jour

Guide Santé

Problèmes de santé courants
Maladies
Médicaments
Tests cliniques
Chirurgies d'un jour
Consignes préopératoires
Consignes postopératoires
Prévention
Plan d'action santé

Chirurgies d'un jour

Les chirurgies d'un jour sont fréquentes et sécuritaires. Elles demandent la participation active du patient et de son entourage. Voici de l'information pour vous aider dans cette démarche. Naturellement, n'hésitez pas à en discuter avec votre médecin et le personnel médical.

- Ablation de la vésicule biliaire
- Ablation de l'endomètre
- Adénoïdectomie et/ou amygdaléctomie
- Adénoïdectomie et/ou amygdaléctomie chez l'enfant
- Avortement
- Cholécysectomie par laparoscopie ou par laparotomie
- Circoncision
- Circoncision chez l'enfant
- Conisation
- Conisation chez l'enfant
- Cure d'hydrocèle
- Cure d'hydrocèle chez l'enfant
- Cure de hernie
- Cure de hernie chez l'enfant
- Cure de kyste pilonidal
- Cure de sinus pilonidal

Internet 100%

démarrer Robert Perr... ~4256655.p... PERREALLT... PERREALLT... Services aux... 15:39

Services aux citoyens : Portail Québec - Windows Internet Explorer

http://www.guidesante.gouv.qc.ca/fr/fiche/m5.shtml

Services aux citoyens : Portail Québec

Québec                           

Portail Québec Aide Plan du site Pour nous joindre English

ACCUEIL SERVICES QUÉBEC - CITOYENS

Chercher dans ce guide

Portail Québec > Citoyens > Guide Santé > Prévention

Guide Santé

Problèmes de santé courants
Maladies
Médicaments
Tests cliniques
Chirurgies d'un jour
Prévention
Plan d'action santé

Prévention

Mieux vaut prévenir que guérir. Et l'art de vivre en santé repose d'abord sur de saines habitudes, sur une attitude positive et sur une bonne communication avec les autres.

Vous trouverez ici des recommandations pour vous aider à vivre en santé physiquement et mentalement, ainsi qu'une série de suggestions sur diverses démarches à entreprendre et des mesures à adopter au quotidien. Naturellement, elles doivent être adaptées en fonction de votre état de santé.

Liste par catégorie [Liste alphabétique](#)

Mesures préventives
Vaccination, mesure de la température, etc.

Habitudes de vie
Activité physique, gestion du stress, etc.

Voyages
Avion, diarrhée du voyageur, etc.

Maladies et problèmes de santé
Maladies cardiaques, cancer, etc.

Internet 100%

démarrer Robert Perr... ~4256655.p... Services aux... PERREALLT... Présentation2 15:10

Services aux citoyens : Portail Québec - Windows Internet Explorer

http://www.guidesante.gouv.qc.ca/fr/fiche/m7.shtml

Portail Québec

ACCUEIL SERVICES QUÉBEC - CITOYENS

Chercher dans ce guide

Portail Québec > Citoyens > Guide Santé > Plan d'action santé

Guide Santé

Problèmes de santé courants

Maladies

Médicaments

Tests cliniques

Chirurgies d'un jour

Prévention

Plan d'action santé

Plan d'action santé

En matière de santé et de prévention, il est souvent difficile de savoir par où commencer. Les recommandations et les priorités varient d'un individu à l'autre.

À partir des réponses que vous donnerez aux questions qui suivent, vous obtiendrez ici une série de suggestions que vous pourrez prendre en considération à titre de Plan d'action santé.

Portrait

Dressez votre portrait santé en répondant aux questions suivantes

Sexe : Femme Homme

Âge :

Vivez-vous avec un(e) conjoint(e) ? Oui Non

Avez-vous des enfants ou vivez-vous avec des

Internet 100%

démarrer Robert Perr... ~4256655,p... Services aux... PERREALLT... Présentation2 15:10

Services aux citoyens : Portail Québec - Windows Internet Explorer

http://www.guidesante.gouv.qc.ca/fr/fiche/0005-01.shtml

Portail Québec

ACCUEIL SERVICES QUÉBEC - CITOYENS

Chercher dans ce guide

Portail Québec > Citoyens > Guide Santé > Problèmes de santé courants > Bouche, gorge et cou

Guide Santé

Problèmes de santé courants

Préparation d'une visite médicale

Mesure de la température

Maladies

Médicaments

Tests cliniques

Chirurgies d'un jour

Prévention

Plan d'action santé

Difficulté à respirer

- Mise en contexte
- Motifs justifiant une consultation
- Conseils pratiques

Mise en contexte

- On parle de difficulté à respirer (ou de détresse respiratoire) quand le fait de respirer exige un effort inhabituel, ou cause une douleur ou un inconfort.
- La difficulté respiratoire est un symptôme. De nombreuses causes peuvent être à l'origine d'une détresse respiratoire, comme par exemple,
 - un corps étranger dans les voies respiratoires (voir à ce sujet la page [Étouffement par un objet](#));
 - une infection (par exemple, bronchiolite, laryngite, épiglottite, etc.);
 - une inflammation (par exemple, asthme, allergies sévères, etc.);
 - une réaction à certains irritants (par exemple, fumée, air froid, etc.);
 - certaines maladies (par exemple, anémie, anxiété, déshydratation).
- La difficulté à respirer peut survenir suite à une peur ou à un stress; elle est alors passagère. Dans ces circonstances, elle peut s'accompagner d'engourdissements des pieds ou des mains qui ne sont pas dange...

Internet 100%

démarrer Robert Perr... ~4256655,p... Services aux... PERREALLT... Présentation2 15:11

Services aux citoyens : Portail Québec - Windows Internet Explorer

http://www.guidesante.gouv.qc.ca/fr/fiche/8007-01.shtml

Portail Québec

ACCUEIL SERVICES QUÉBEC - CITOYENS

Chercher dans ce guide

Portail Québec > Citoyens > Guide Santé > Maladies

Guide Santé

Problèmes de santé courants

Maladies

- Maladies infectieuses
- Médicaments
- Tests cliniques
- Chirurgies d'un jour
- Prévention
- Plan d'action santé

Asthme

Autres noms : asthme bronchique, asthme allergique

- Points saillants
- Témoignage
- Définition
- Causes
- Symptômes - diagnostic
- Traitement
- Conséquences sur la vie quotidienne
- Participation active
- Ressources du milieu

Points saillants

- L'asthme est une maladie respiratoire chronique très répandue, qui se manifeste par des crises pendant lesquelles il est difficile de respirer.
- Une respiration sifflante, de la toux et une sensation d'oppression de la poitrine en sont les principaux symptômes.
- Cette maladie affecte des personnes de tous âges.

Terminé

Internet 100%

démarrer

Robert Perr... ~4256655.p... Services aux... PERREALLT... Présentation2 15:11

Services aux citoyens : Portail Québec - Windows Internet Explorer

http://www.guidesante.gouv.qc.ca/fr/fiche/rx-2110.shtml

Portail Québec

ACCUEIL SERVICES QUÉBEC - CITOYENS

Chercher dans ce guide

Portail Québec > Citoyens > Guide Santé > Médicaments

Guide Santé

Problèmes de santé courants

Maladies

Médicaments

- Modes d'administration
- Fidélité au traitement
- Tests cliniques
- Chirurgies d'un jour
- Prévention
- Plan d'action santé

Abacavir

Noms commerciaux : Ziagen

- Formes
- But visé
- Comment prendre ou utiliser ce médicament
- Quand éviter l'utilisation
- Interactions : médicaments et aliments à éviter
- Précautions
- Effets indésirables possibles

Formes

- Comprimé
- Solution orale

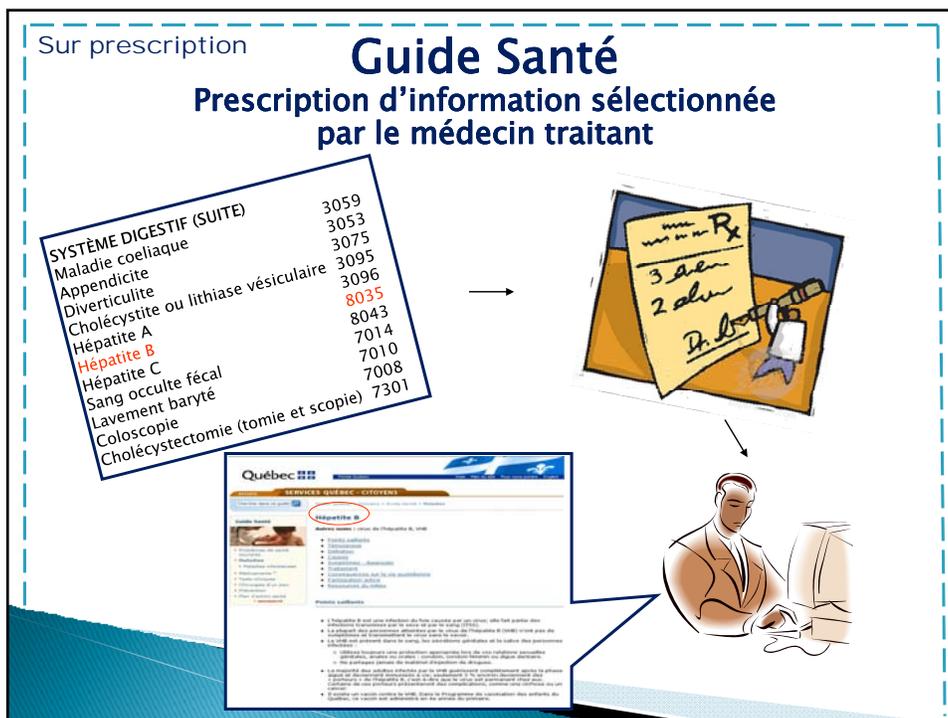
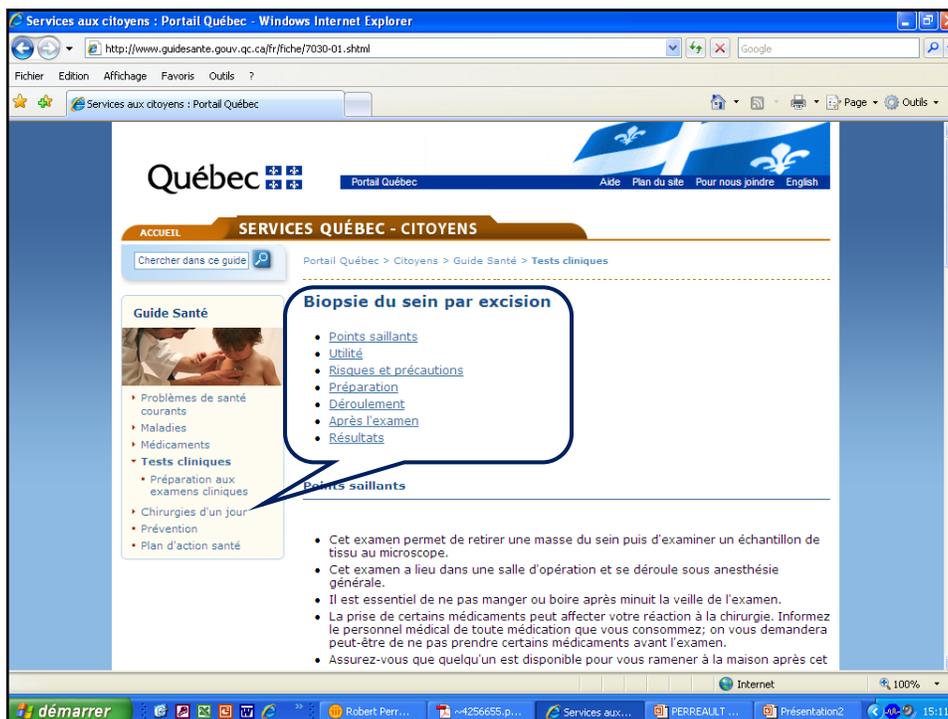
Haut de la page

But visé

Internet 100%

démarrer

Robert Perr... ~4256655.p... Services aux... PERREALLT... Présentation2 15:11



Vecteurs d'innovation en cours au Québec

Information + habiletés

- L'information sur demande
 - Guide santé – Portail du gouvernement québécois
 - Système de prescription personnalisée par le médecin traitant

Motivation + confiance en soi (efficacité personnelle)

- **Le Système de prévention clinique de Mtl**
 - Centres d'éducation pour la santé (CES)
 - Centres d'abandon du tabagisme (CAT)
 - Infirmières conseil en prévention clinique
- **Web 2.0**
 - Sites de socialisation
 - Sites de solidarité
 - Sites d'entraide

motivation + confiance

Le Système de prévention clinique

Favoriser l'exercice optimal des pratiques cliniques préventives (PCP) par les professionnels des milieux cliniques de 1^{re} ligne

Développer un réseau de soutien aux PCP sur le territoire de chaque CSSS



Pourquoi agir sur les habitudes de vie ?

Effets sur la santé bien connu

Selon l'OMS,

- **80 %** des cas de cardiopathies vasculaires, d'accidents cérébraux et de diabète de type 2 et **40%** des cancers

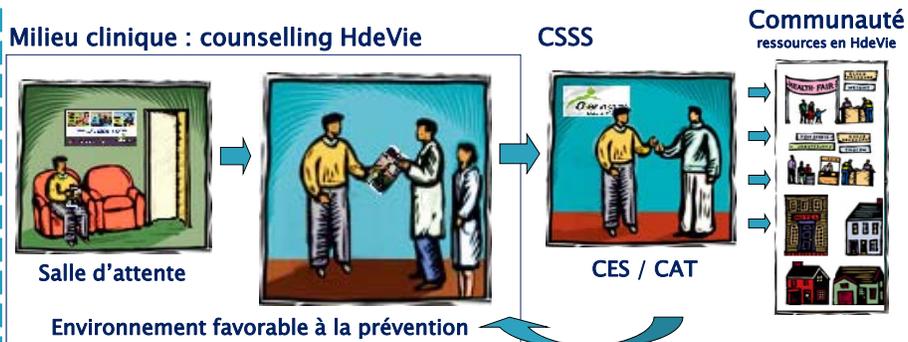
Pourraient être évités en éliminant les principaux facteurs de risque que sont la sédentarité, la mauvaise alimentation et le tabagisme.

L'amélioration des habitudes de vie est une recommandation fondamentale dans la prévention et la gestion des maladies chroniques.



Les Centres d'éducation pour la santé

Agir en collaboration avec le patient



- service axé sur la motivation au changement
- s'inscrit en continuité aux interventions réalisées par les cliniciens
- assure la liaison avec les ressources disponibles sur le territoire

CÉS étape 1: Bilan des habitudes de vie

Questionnaire web

Portrait objectif

Moteur de changement

Point de départ de la discussion

Étape 2: Choisir la stratégie d'intervention

Bâtir la motivation

Il est possible que je change certaines habitudes mais

Je suis convaincu que le moment est venu de changer certaines habitudes.

Renforcer l'engagement au changement

PatientsLikeMe : Patients Helping Patients Live Better. Every Day - Windows Internet Explorer

http://www.patientslikeme.com/

WEB 2.0

patientslikeme®

Username or Email: Login

Remember me | Forgot password? | Secure login

Patients | Treatments | Symptoms | Research | Search this site | Search | Information for industry partners >

Find Patients Just Like You

Do you have a life-changing condition? Learn from the real-world experiences of other patients like you.

Join Now! (It's free!)

...PatientsLikeMe is the most empowering place I could ever imagine, giving us all not just information, but courage enough to be proactive rather than sit back and hope the doctor is doing the right thing...
 —Multiple Sclerosis Community Member

CURRENT DISEASE COMMUNITIES

Prevalent Diseases

- ALS/MND
- Epilepsy
- Fibromyalgia
- Chronic Fatigue Syndrome/ME

See how PatientsLikeMe can help you take control of your health:

demarrer | Robert Perreault - Co... | Microsoft PowerPoint... | PatientsLikeMe : Pati... | 10:35

Quels acteurs?



GRAND PUBLIC



PATIENTS



PROFESSIONNELS



TECHNOLOGIES

Quelles pratiques

L'information sur demande

- www.guidesanté
- Rx information

La motivation et la résolution de problèmes

- Centres d'éducation pour la santé
- L'approche motivationnelle
- Le Web 2.0

Merci de votre attention

Robert Perreault m.d. FRCPC
rperreau@santepub-mtl.qc.ca