MON OXYGÈNE MEDICAL AU QUOTIDIEN

Vous souffrez d'une insuffisance respiratoire chronique : votre organisme manque d'oxygène, ce qui explique la fatigue, l'essoufflement au moindre effort et la perte d'entrain que vous ressentez actuellement. Pour compenser ce manque d'oxygène, votre médecin vous a prescrit un médicament: **l'oxygène médical.**

La reprise d'une activité physique est bénéfique pour la santé et la qualité de vie. L'oxygénothérapie de déambulation, lors de l'exercice, va améliorer votre confort de vie et apaiser votre coeur. En respectant le débit d'oxygène et la durée de traitement prescrits par votre médecin, ainsi que des mesures d'hygiène de vie et de diététique (arrêt du tabac, régime alimentaire équilibré, respect du traitement médical), vous allez pouvoir :

- **mieux tolérer vos efforts quotidiens : faire votre toilette, monter un escalier, vous promener...**
- **reprendre certaines activités quotidiennes : faire vos courses, rendre visite à vos proches...**
- **effectuer des déplacements à l'intérieur et à l'extérieur de votre domicile, prendre les transports, voyager...**

VOTRE PRESCRIPTION D'OXYGENE

ALLIANCE MEDICALE SERVICES © - AVRIL 2020

Débit d'oxygène

- Il est déterminé par votre médecin en fonction des résultats de vos gaz du sang (taux d'oxygène sanguin).
- Il est adapté à vos besoins pour assurer l'efficacité et la sécurité du traitement.
- Il ne doit pas être modifié sans l'accord de votre médecin.
- Si vous bénéficiez d'une oxygénothérapie au long cours, votre débit à l'effort peut être différent de votre débit au repos.

Durée journalière

- Votre médecin vous a prescrit une durée d'oxygénothérapie quotidienne.
- L'oxygénothérapie de déambulation est prise en charge par l'assurance maladie, pour une déambulation régulière à l'intérieur ou à l'extérieur de votre domicile, plus d'une heure par jour.
- Si vous bénéficiez d'une oxygénothérapie au long cours, la durée totale ne doit pas être inférieure à 15 h/jour, idéalement supérieure à 18 h/jour.

VOTRE MATERIEL D'OXYGENOTHERAPIE

- La réserve fixe contient de l'oxygène médical à l'état liquide et à très basse température (–183°C) et elle délivre de l'oxygène à l'état gazeux réchauffé.
- Le réservoir portable a une autonomie de plusieurs heures et il vous donne la possibilité d'effectuer des gestes de la vie quotidienne et/ou des déplacements à votre domicile ou à l'extérieur.
- Régler le débit d'oxygène à l'effort à la valeur prescrite par votre médecin.