

## COMPRENDRE L'ASTHME



Photo : Kong

Source : Photocase

### CHERS PATIENTS,

Même face à des stimuli inoffensifs, la réponse immunitaire des personnes atteintes d'asthme est considérable. Une inflammation des bronches se développe dans les poumons. Les bronches se rétrécissent. Ceci entraîne des difficultés respiratoires qui peuvent, dans des cas extrêmes, engager le pronostic vital de la personne. Vous trouverez ci-dessous des informations importantes concernant l'asthme bronchique.

### ▶ FACTEURS DÉCLENCHEURS DE L'ASTHME

Les facteurs déclencheurs de l'enflure d'origine inflammatoire des voies respiratoires sont variés :

#### ■ Allergènes

Il s'agit de substances auxquelles les personnes sont allergiques. Les allergies sont la cause la plus fréquente de l'asthme chez l'enfant et l'adolescent.

#### ■ Virus et bactéries

Ils sont d'abord responsables d'une infection, puis provoquent des symptômes asthmatiques. Chez les nourrissons et les jeunes enfants notamment, l'asthme est très souvent dû à une infection des voies respiratoires.

#### ■ Substances irritantes

Il s'agit de substances que vous respirez à la maison, dehors ou dans des endroits où vous vous trouvez souvent. Citons par exemple l'air pollué ou la fumée de cigarette.

#### ■ Émotions

La joie, la peur, la tristesse et d'autres sentiments peuvent déclencher ou aggraver les gênes induites par l'asthme.

### ▶ EXAMENS IMPORTANTS

L'asthme et ses facteurs déclencheurs sont constatés par le biais de différents examens :

- Questionnement et auscultation
- Mesure de la fonction pulmonaire (spirométrie)
- Tests d'allergies

### ▶ LE TRAITEMENT

Le traitement est établi en fonction des observations faites sur le patient et des résultats d'examen. En règle générale, les médicaments utilisés sont inspirés, c'est-à-dire inhalés.

La prévention des crises repose sur des médicaments qui à long terme enrayent la propension permanente à l'inflammation des voies respiratoires. Ces derniers sont appelés médicaments de contrôle (ou de fond). Le médicament de choix est notamment la cortisone, prise sous forme d'inhalation.

Pour soulager rapidement les symptômes, on utilise des médicaments dits de secours (ou de crise) qui dilatent rapidement les voies respiratoires dans les poumons. Les bêtamimétiques sont particulièrement adaptés au traitement rapide des crises.

En cas d'urgence, ces médicaments sont administrés à l'aide d'un aérosol et parfois aussi avec un nébuliseur. En outre, il est possible en cas d'urgence de prendre de la cortisone sous forme de comprimé.

## ▶ Asthme

### ▶ SCHÉMA THÉRAPEUTIQUE

Le schéma thérapeutique pour le traitement médicamenteux de l'asthme est axé sur le degré de gravité de la maladie et sur le degré de contrôle de cette dernière. Le traitement a lieu en plusieurs étapes. Il existe un schéma thérapeutique pour les enfants et les adolescents et un schéma pour les adultes.

### ▶ QUE POUVEZ-VOUS FAIRE PAR VOUS-MÊME ?

- Éviter les facteurs déclencheurs de l'asthme
- Surveiller l'évolution de votre maladie ou de la maladie de votre enfant
- Apprendre à bien utiliser les médicaments et les inhalateurs
- Respecter la posologie des médicaments
- Apprendre les différentes techniques de respiration (lèvres pincées)

- Mesurer le débit de pointe (peak flow) et le consigner par écrit (la valeur du débit de pointe indique à quelle vitesse une personne peut expirer de l'air de ses poumons)
- Apprendre des positions facilitant la respiration (position du cocher, position du gardien de but)
- Participer à une formation sur la prise en charge de l'asthme
- Faire du sport et rester actif
- Faire attention à soi : les infections des voies respiratoires demandent une attention particulière
- Ne pas fumer.

Vous pouvez participer à un programme de prise en charge de l'asthme (éducation thérapeutique du patient asthmatique). L'objectif est de coordonner la prise en charge par votre médecin généraliste et le spécialiste. Parlez à votre médecin de cette possibilité.

### ▶ POUR PLUS D'INFORMATIONS

Ces informations aux patients reposent sur les connaissances scientifiques actuelles et récapitulent les points essentiels du guide « Asthme » destiné aux patients.

#### Autres liens pertinents

Guide du patient « Asthme » :

[www.versorgungsleitlinien.de/patienten](http://www.versorgungsleitlinien.de/patienten)

Organisations d'entraide ou partenaires de coopération ayant participé au guide :

[www.patienten-information.de/patientenbeteiligung/selbsthilfe](http://www.patienten-information.de/patientenbeteiligung/selbsthilfe)

[www.azq.de/pf](http://www.azq.de/pf)

#### Entraide

Pour trouver une organisation d'entraide dans votre région, informez-vous auprès de NAKOS

(agence nationale d'information et de contact pour le soutien des groupes d'entraide) : [www.nakos.de](http://www.nakos.de), Tél.: 030 3101 8960

#### Guides pour les patients

Les guides destinés aux patients traduisent dans un langage compréhensible par tout un chacun les recommandations de traitement issues des directives des professionnels de santé. Ils fournissent des informations de fond sur les causes, les méthodes d'examen et de traitement d'une maladie. Les autorités responsables du programme de développement des guides médicaux (« guides nationaux de prise en charge ») et des versions correspondantes pour les patients sont l'ordre fédéral des médecins (BÄK), l'association fédérale des médecins conventionnés (KBV) et l'association des sociétés scientifiques et médicales (AWMF).

DOI: 10.6101/AZQ/000048

Responsable du contenu :

Service central pour la garantie de la qualité médicale (ÄZQ)

Institut commun de BÄK et de KBV

Téléphone : 030 4005-2500 • Fax: 030 4005-2555

Courriel/Ansprechpartner : [mail@patinfo.org](mailto:mail@patinfo.org)

[www.patinfo.org](http://www.patinfo.org)

[www.aeqzq.de](http://www.aeqzq.de)



Remis gracieusement par