

« L'asthme n'est pas ressenti à la même intensité chez toutes les personnes. »

Prévention

Il est important d'éviter d'être en contact avec les facteurs déclenchants :

- ◆ Les allergènes;
- ◆ Les infections respiratoires telles que le rhume et la grippe;
- ◆ Les fortes variations de température de l'air ambiant;
- ◆ L'air froid (porter un foulard sur le visage lors d'activités extérieures par temps froid);
- ◆ Les fortes émotions et le stress;
- ◆ Le tabagisme;
- ◆ L'exposition à de la fumée, des odeurs fortes et des polluants dans l'air (assainir l'air ambiant);
- ◆ Certains médicaments (demander conseil à son pharmacien ou médecin avant de consommer des médicaments, même s'ils sont offerts en vente libre ou de santé naturels).

Pour plus d'informations :
L'association pulmonaire du Canada
www.poumon.ca

Association d'information sur l'allergie et l'asthme
www.aaia.ca

© Copyright Vigilance Santé

Les feuillets d'informations pour les patients sont produits par Vigilance Santé inc. Ces renseignements sont fournis à titre d'information seulement et ne remplacent d'aucune façon l'avis et les conseils de vos professionnels de la santé. Consultez toujours un professionnel de la santé avant de prendre une décision qui concerne votre médication ou vos traitements.

groupeproxim.ca

Asthme



L'asthme est une maladie chronique qui touche les bronches. Chez la personne atteinte d'asthme, les bronches sont enflées et produisent plus de sécrétions.

Causes

On ne connaît pas très bien les causes de l'asthme. L'histoire familiale et d'autres facteurs comme les allergies semblent associés à l'asthme.

L'asthme est une réaction exagérée des voies respiratoires (bronches) à des substances étrangères (allergènes) telles que la poussière ou le pollen, ce qui entraîne de l'inflammation. D'autres facteurs peuvent causer de l'inflammation comme la fumée, la pollution de l'air ou une infection respiratoire (rhume, grippe).

Les bronches sont entourées de muscles. Ces derniers sont plus sensibles lorsqu'il y a une inflammation des bronches et réagissent plus souvent en se contractant; c'est ce qu'on appelle un bronchospasme. Les facteurs pouvant causer une constriction des muscles sont l'exposition à l'air froid et à l'humidité, les odeurs fortes, l'exercice et le stress.

Proxim

« L'histoire familiale et d'autres facteurs comme les allergies semblent associés à l'asthme. »

Symptômes

L'inflammation des bronches et le bronchospasme réduisent l'espace où circule l'air, ce qui se manifeste par ces symptômes :

- ◆ difficulté à respirer;
- ◆ essoufflement;
- ◆ toux;
- ◆ sifflement aigu lors de la respiration;
- ◆ sensation d'oppression à la poitrine;
- ◆ sécrétions bronchiques;
- ◆ respiration rapide chez le jeune enfant.

L'asthme n'est pas ressenti à la même intensité chez toutes les personnes atteintes et varie aussi dans le temps.

Diagnostic

L'examen médical et un questionnaire sur les symptômes sont les premiers indices pour le médecin. Il pourra également avoir recours à des mesures de la fonction respiratoire pour voir comment vos poumons fonctionnent. Des tests complémentaires tels que des tests cutanés d'allergie, des tests de sang ou des radiographies des poumons peuvent aussi être faits.



Traitement

Il existe deux catégories de médicaments : les médicaments de contrôle et les médicaments de soulagement.

Les médicaments de contrôle sont des anti-inflammatoires utilisés comme médicament préventif afin de réduire l'inflammation des voies respiratoires. Ils sont la « base » du traitement de l'asthme. Ils agissent lentement et doivent être pris sur une base régulière même si vous ne ressentez pas de symptômes d'asthme. Ils permettent de prévenir les symptômes d'asthme, d'éviter les aggravations et réduisent les hospitalisations et la mortalité. Les **corticostéroïdes** sont les médicaments de contrôle le plus souvent utilisés. D'autres médicaments de contrôle peuvent faire partie du traitement de l'asthme. Ils peuvent être administrés sous forme d'un inhalateur (pompe), d'un liquide ou bien d'un comprimé.

Les médicaments de soulagement sont les **bronchodilatateurs**. On les appelle aussi médicament de secours, car ils sont utilisés en cas d'urgence. Ils agissent rapidement et leurs effets se font sentir en quelques minutes. Ils agissent sur les muscles des bronches et favorisent leur relâchement. Ils sont utilisés au besoin dans le traitement des crises d'asthme et dans la prévention de l'asthme due à l'exercice. Leur utilisation moins de 4 fois par semaine est un indicateur d'un asthme contrôlé.

Technique d'utilisation

L'utilisation des médicaments en inhalation demande une bonne technique pour en assurer leur efficacité. Le pharmacien peut vous donner l'enseignement requis pour en retirer un maximum de bienfaits et vous suggérer l'usage d'un tube d'espacement avec un aérosol doseur pour faciliter l'administration optimale du médicament.