

MÉDICAMENTS QUI SOULAGENT L'ASTHME

Les bronchodilatateurs à action rapide détendent les muscles qui compriment les voies respiratoires. Ils agissent rapidement (en moins de 5 à 10 minutes) et leur effet est de courte durée (de 3 à 4 heures).

Les bronchodilatateurs doivent être administrés seulement au besoin, en présence de symptômes. Ils peuvent aussi être utilisés avant de faire de l'exercice physique pour prévenir les symptômes provoqués par l'effort.

MÉDICAMENTS QUI CONTRÔLENT/PRÉVIENNENT L'ASTHME

Les anti-inflammatoires réduisent et préviennent l'inflammation des voies aériennes et la production de mucus. Ils sont pris quotidiennement, même en l'absence de tout symptôme.

Les médicaments de contrôle comprennent:

- les corticostéroïdes (en inhalation ou en comprimés)
- les antagonistes des récepteurs des leucotriènes
- les bronchodilatateurs à action prolongée**

**Les bronchodilatateurs à action prolongée détendent les muscles des voies respiratoires et procurent un soulagement pouvant durer jusqu'à 12 heures.

Vaccins contre le pneumocoque:

Les enfants et les adolescents de moins de 18 ans qui souffrent d'asthme devraient recevoir les deux vaccins Pnevna[®]13 et PNEUMOVAX[®]23, qui sont tous les deux gratuits lorsqu'ils sont administrés par votre médecin. Demandez également à votre médecin si votre enfant devrait se faire vacciner contre la grippe. La grippe et la pneumonie peuvent être mortelles.

TEST SUR L'ASTHME

30 SECONDES

1. Symptômes diurnes : tousez-vous, avez-vous une respiration sifflante ou avez-vous une oppression thoracique à cause de votre asthme 3 fois ou plus par semaine ?

2. Est-ce que la toux, la respiration sifflante ou l'oppression thoracique vous réveillent une ou plusieurs fois la nuit ?

3. Utilisez-vous votre médicament de secours (inhalateur bleu) 3 fois ou plus par semaine ?

4. Arrêtez-vous de faire de l'exercice ou des activités régulières à cause de votre asthme ?

SI VOUS AVEZ RÉPONDU « OUI » À UNE QUESTION, CONSULTEZ VOTRE MÉDECIN CAR VOTRE ASTHME N'EST PAS BIEN MAÎTRISÉ

(2021) : MISE À JOUR DES LIGNES DIRECTRICES 2021 DE LA SOCIÉTÉ CANADIENNE DE THORACOLOGIE : DIAGNOSTIC ET GESTION DE L'ASTHME CHEZ LES ENFANTS D'ÂGE PRÉSCOLAIRE, LES ENFANTS ET LES ADULTES, CANADIAN JOURNAL OF RESPIRATORY, CRITICAL CARE, AND SLEEP MEDICINE

L'Association pulmonaire du Nouveau-Brunswick
65 rue Brunswick, Fredericton, NB, E3B 1G5
1-800-565-LUNG (5864) | info@nb.lung.ca

RESPIREZ
l'association pulmonaire

ASTHME

Ce que vous devez savoir



www.nb.poumon.ca

QU'EST-CE QUE L'ASTHME

L'asthme est une affection respiratoire chronique qui affecte les voies aériennes (ou voies respiratoires) des poumons.

Les voies aériennes de la personne asthmatique sont hypersensibles à certains déclencheurs et réagissent en se rétrécissant. Ce rétrécissement, qui peut être causé par une inflammation des voies aériennes et(ou) par le resserrement des muscles qui entourent les voies aériennes (bronchoconstriction), rend la respiration difficile.

SIGNES ET SYMPTÔMES

- Toux
- Respiration sifflante
- Essoufflement
- Oppression thoracique

Les symptômes de l'asthme peuvent se manifester tous les jours ou de temps en temps. La gravité des symptômes varie d'une personne à l'autre et peut être différente chez la même personne d'une fois à l'autre.

QUELLE EST LA CAUSE DE L'ASTHME?

Les causes exactes de l'asthme ne sont pas bien connues, mais les professionnels de la santé savent toutefois que certains éléments rendent une personne plus susceptible de devenir asthmatique, notamment

Facteurs liés à l'asthme:

- Des antécédents familiaux d'asthme, d'allergies, de rhinite allergique (fièvre des foins) ou d'eczéma
- La pollution atmosphérique (intérieure ou extérieure)
- L'exposition en milieu de travail à certains éléments tels que des produits chimiques, la poussière de grain, la peinture, les émanations, etc.

DÉCLENCHEURS

Facteurs Irritants

- l'air froid et les changements brusques de température
- la fumée du tabac et la fumée secondaire
- les produits parfumés
- l'exercice physique
- les émanations
- les perturbations émotionnelles
- les hormones

Allergènes

- les acariens de la poussière domestique
- les allergies alimentaires
- les phanères animaux (chiens, chats, souris, oiseaux, etc.)
- les spores de moisissure
- les pollens

Infections virales de l'appareil respiratoire

- colds
- influenza (flu)
- sinusitis, etc.

SIGNES D'UN ASTHME MAL MAÎTRISÉ:

- Symptômes diurnes: vous toussiez, avez une respiration sifflante ou avez une oppression thoracique à cause de votre asthme 3 fois ou plus par semaine
- Une toux, une respiration sifflante ou un essoufflement vous réveille plus 1 fois par semaine pendant la nuit.
- Vous utilisez votre médicament de secours (inhalateur bleu) plus de trois fois par semaine
- Vos symptômes d'asthme vous empêchent de l'exercice ou de faire des activités régulières

IMPORTANCE DE BIEN MAÎTRISER L'ASTHME

Il est important de bien contrôler l'asthme, car les symptômes peuvent limiter les activités, perturber le sommeil et nuire au rendement à l'école et au travail.

Des symptômes d'asthme non contrôlés, ou mal contrôlés, peuvent endommager de façon irréversible les voies respiratoires et entraîner la mort – même chez les personnes dont l'asthme est léger.

TRAITEMENT DE L'ASTHME

En dépit du fait qu'il existe des médicaments très efficaces contre l'asthme, le succès du traitement repose en bonne partie sur la compréhension de la maladie et la réduction des principaux facteurs déclencheurs de l'asthme.