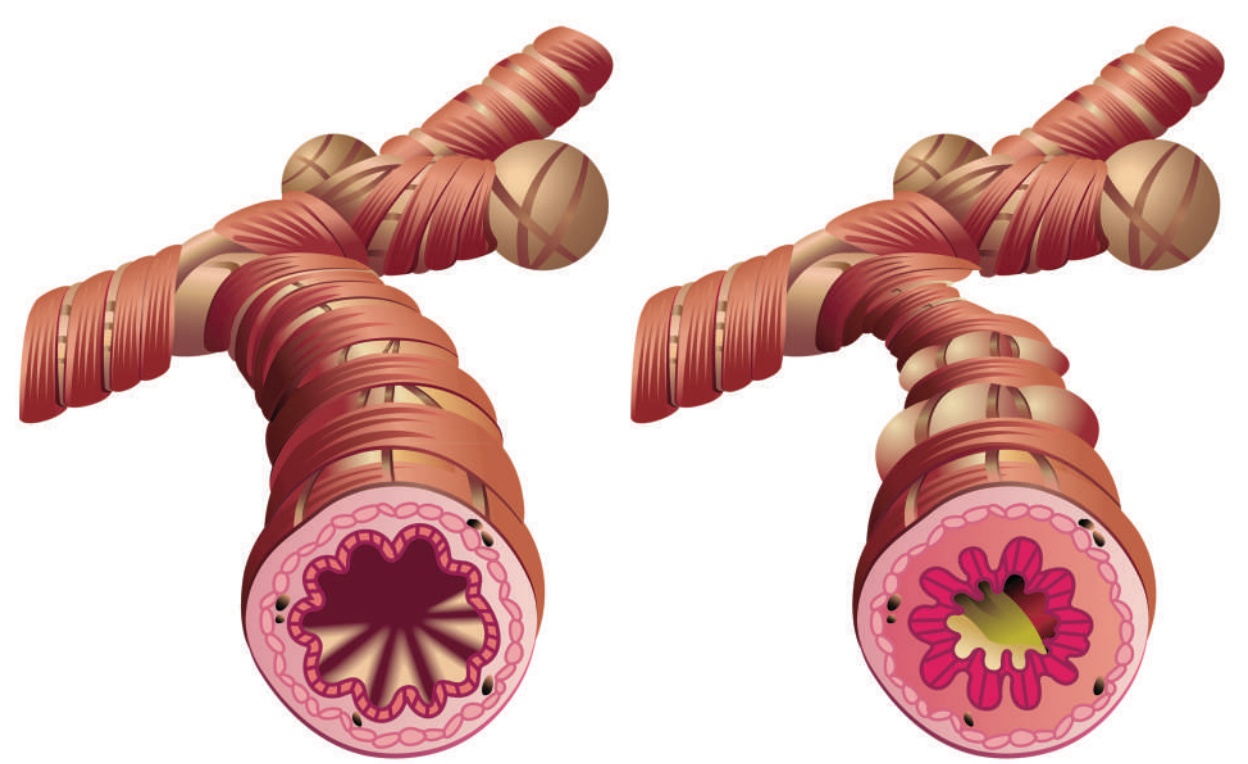
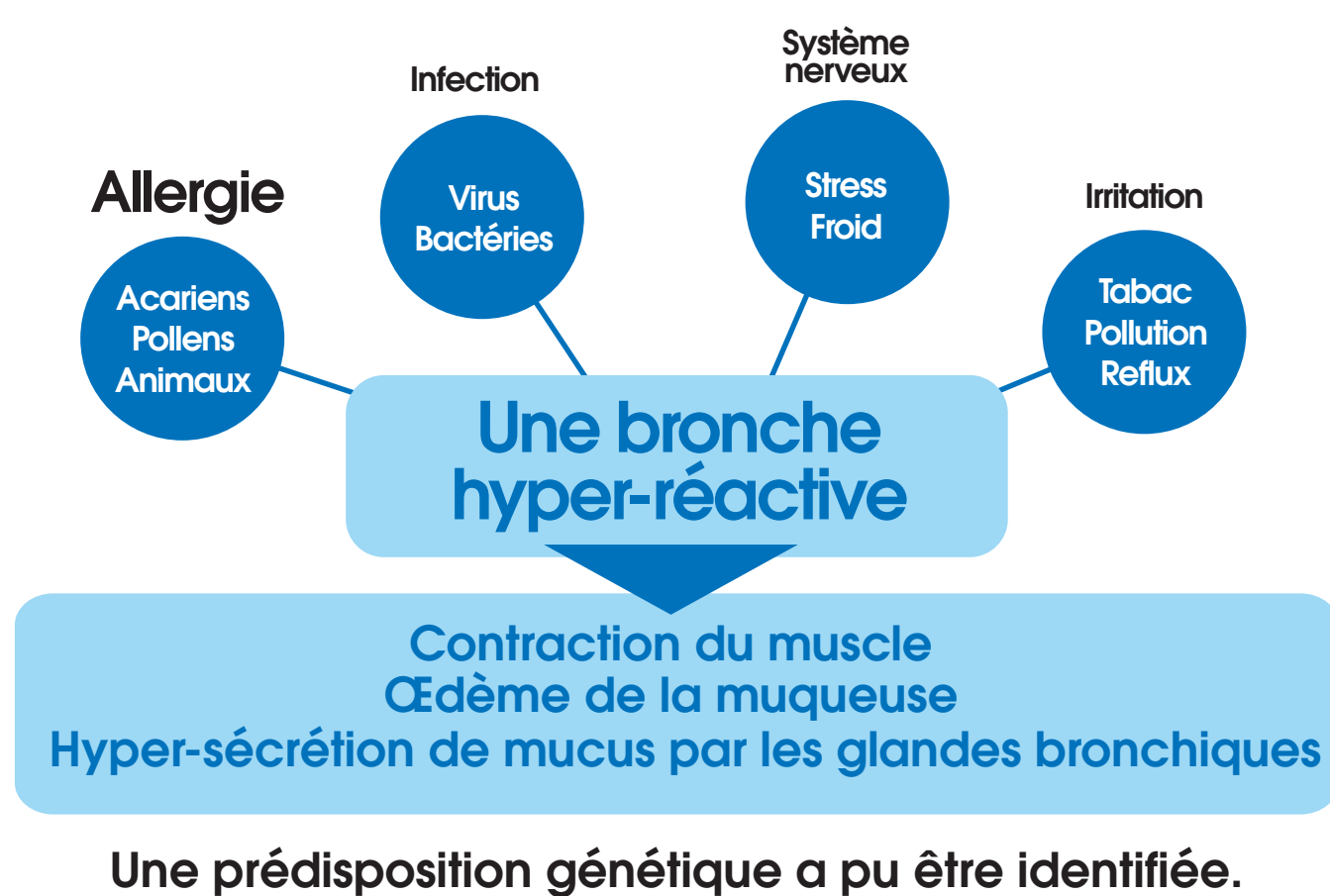


L'asthme

LA MALADIE QUI COUPE LE SOUFFLE

L'asthme, qu'est-ce que c'est ?

C'est une maladie inflammatoire chronique des bronches qui réagissent de façon excessive à différents stimuli.

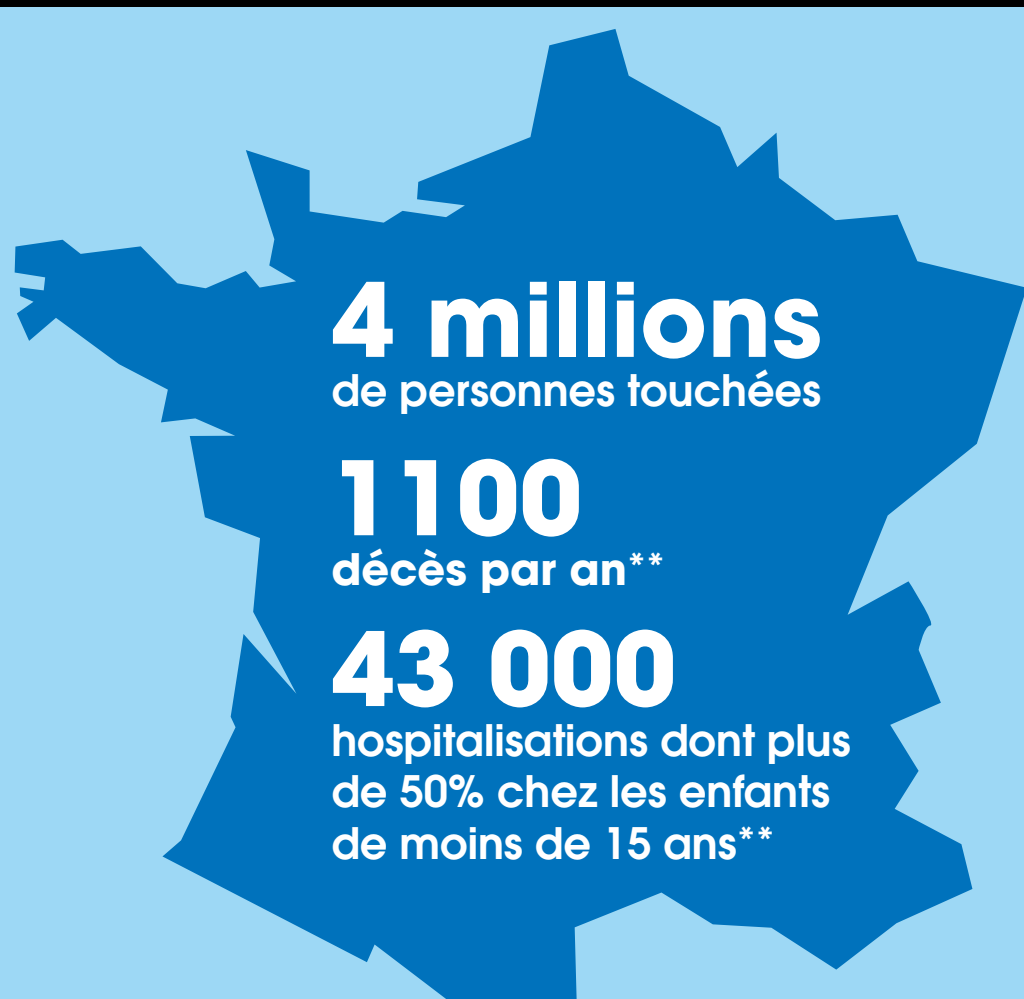


Bronche saine

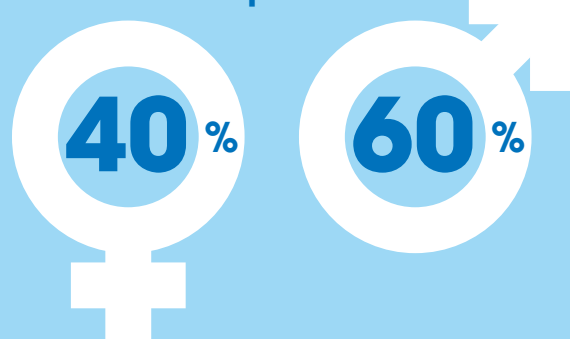
Bronche durant une crise d'asthme

Une maladie fréquente et parfois sévère

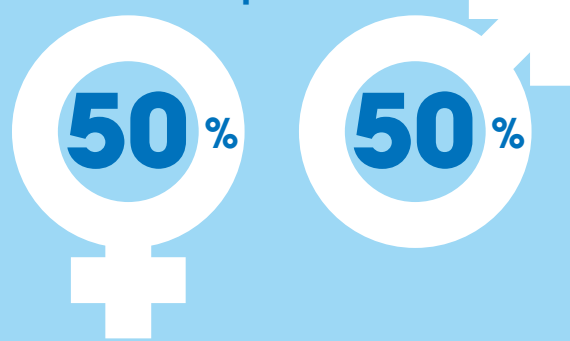
EPIDÉMIOLOGIE EN FRANCE



ENFANTS répartition*



ADULTES répartition*



*Source : INDES janvier 2011 - **Source : HAS 12/04/2013

LES PRINCIPAUX SIGNES

- Une toux
- Et/ou une respiration sifflante
- Et/ou une gêne respiratoire nocturne
- Et/ou un essoufflement anormal (souvent à l'effort)

Autant de symptômes différents, plus ou moins intenses et plus ou moins fréquents d'une personne à l'autre.

Ces signes surviennent lors de crises et sont le plus souvent réversibles spontanément ou sous traitement

Quand le diagnostic est fait il faut évaluer la sévérité de l'asthme sur :

- la fréquence des crises
- la gêne entre les crises
- la fréquence quotidienne de prises de spray bronchodilatateur
- l'importance des sifflements à l'auscultation
- la mesure du souffle
- l'absentéisme scolaire ou professionnel

LE TRAITEMENT DE L'ASTHME

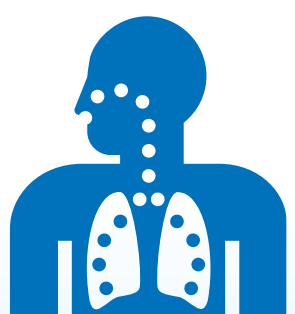
Traitement de fond et traitement des crises

Fait appel à des médicaments



- Corticoïdes inhalés, base du traitement de fond
- Bronchodilatateurs immédiats
- Bronchodilatateurs longue action (LA)
- Association corticoïdes inhalés et bronchodilatateurs LA
- Anti-leucotriènes par voie orale

Mais aussi...



- Eviction des allergènes
- Désensibilisation
- Activité physique, sport
- Kinésithérapie - rééducation
- Sevrage tabagique
- Education Thérapeutique du Patient (ETP)

Education Thérapeutique du Patient (ETP)



C'est une approche personnalisée qui permet au patient d'avoir une meilleure connaissance :

- de l'asthme et de ses traitements,
- des facteurs déclenchants,
- de la technique de prise des médicaments inhalés,
- de l'utilisation des matériels de mesure du souffle.

Il est démontré qu'elle améliore la qualité de vie et diminue consultations et hospitalisations d'urgence.

Asthme et sport



Le sport est bénéfique chez l'asthmatique, il suffit de prendre quelques précautions.

Asthme et environnement



Agir sur son environnement est primordial :

Repérage et élimination des allergènes en cause, évitement des facteurs aggravants (tabac, activité physique lors des pics de pollution,...)