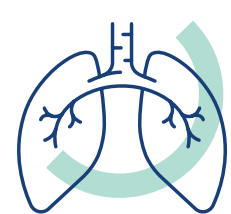


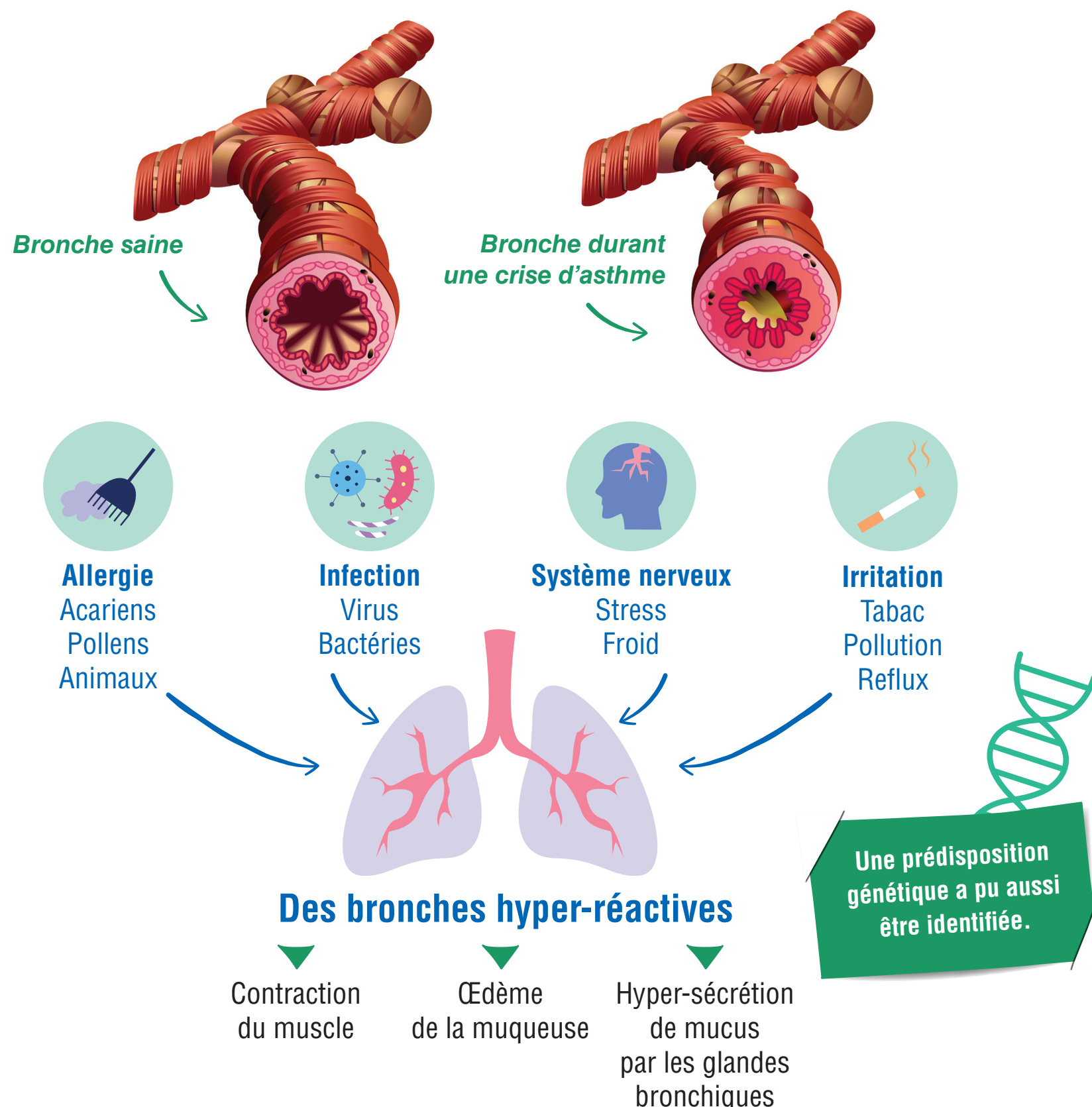


L'asthme, la maladie qui coupe le souffle



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

C'est une maladie inflammatoire chronique des bronches qui réagissent de façon excessive à différents stimuli. L'asthme correspond en fait à des situations hétérogènes.



Les principaux signes

L'asthme se manifeste par des crises de fréquence et d'intensité variable, crises caractérisées par :



- › 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 bronchodilatateur inhalé
- › l'importance des sifflements à l'auscultation
- › la mesure du souffle
- › l'absentéisme scolaire ou professionnel

Traitement de l'asthme

Traitement de fond et traitement de crises



Des médicaments

- › corticoïdes inhalés base du traitement de fond
- › bronchodilatateurs immédiats
- › bronchodilatateurs longue action (LA)
- › association corticoïdes inhalés et bronchodilatateurs LA
- › biothérapies en injection sous cutanée réservées à certains asthmes sévères



Mais aussi...

- › éviction des allergènes
- › désensibilisation
- › activité physique, sport
- › kinésithérapie, rééducation
- › sevrage tabagique
- › éducation thérapeutique du patient (ETP)

ASTHME ET SPORT

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



ASTHME ET ENVIRONNEMENT

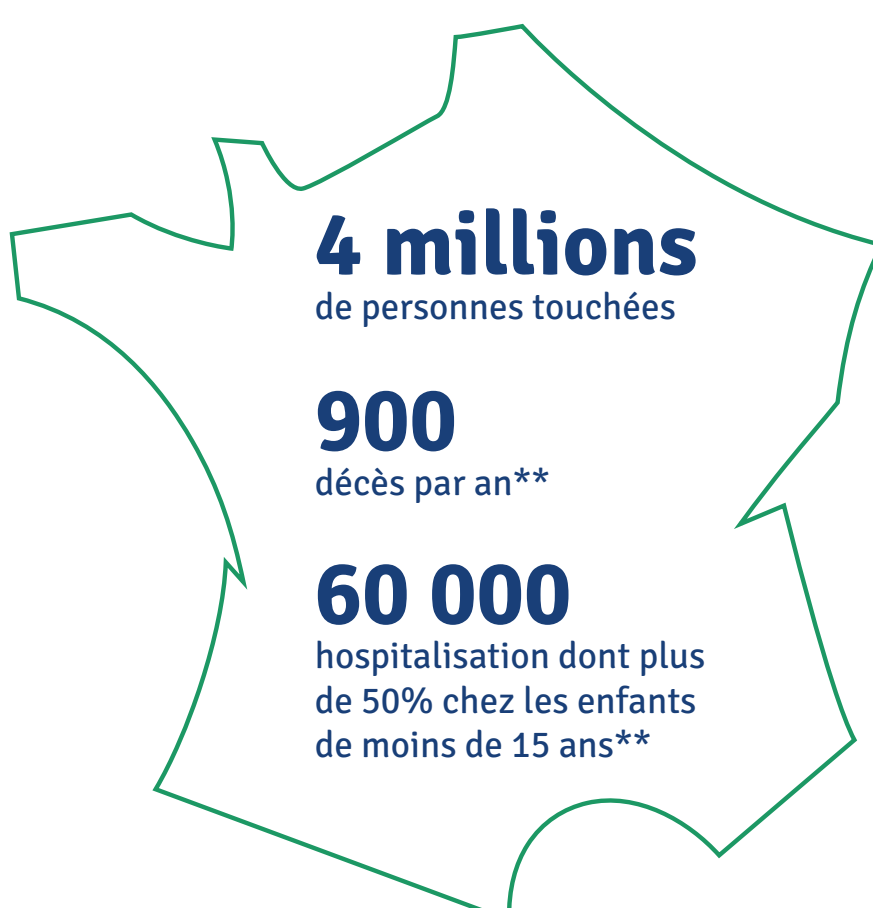
Agir sur son environnement est primordial :

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

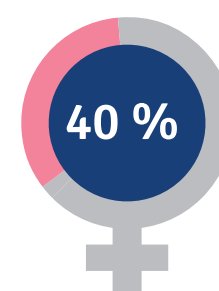


Une maladie fréquente et parfois sévère

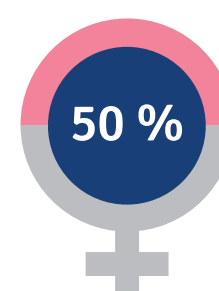
Épidémiologie en France



ENFANTS



ADULTES



Éducation 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.



Pour cette maladie potentiellement grave, de nouvelles recherches sont nécessaires.

Aidez-nous!

Fondation du
Souffle
Donnez, Cherchons, Respirez !