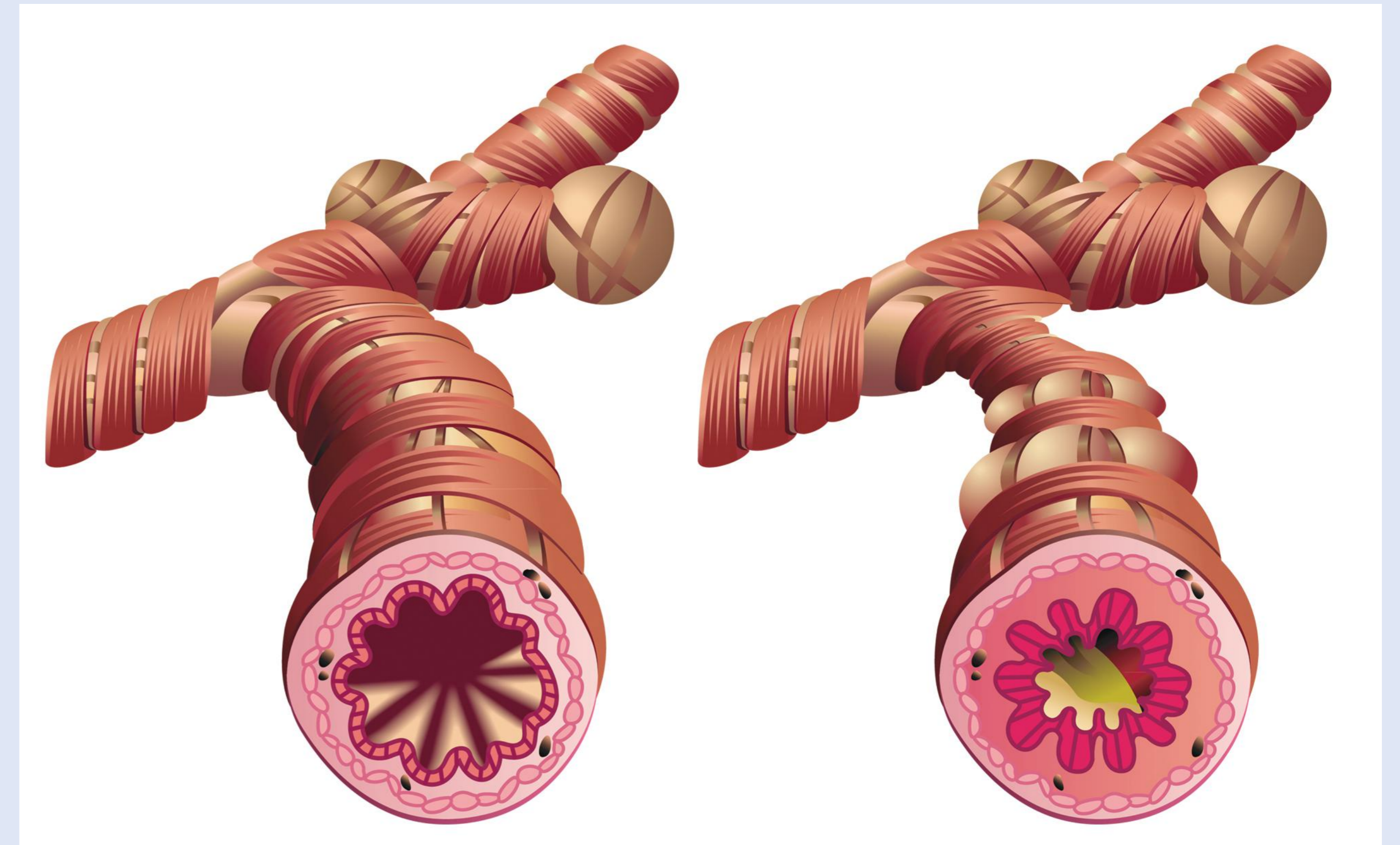
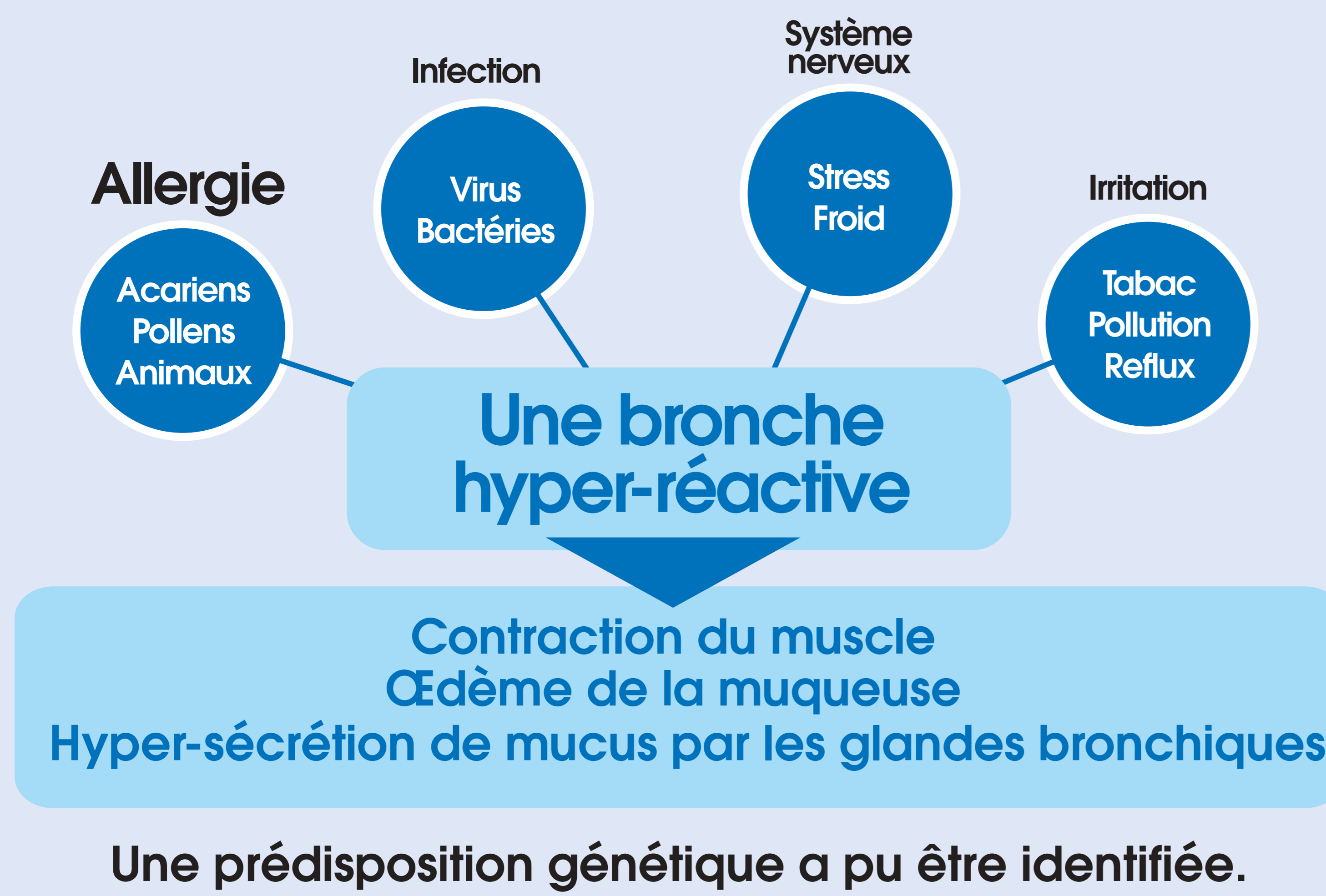


# L'asthme

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.

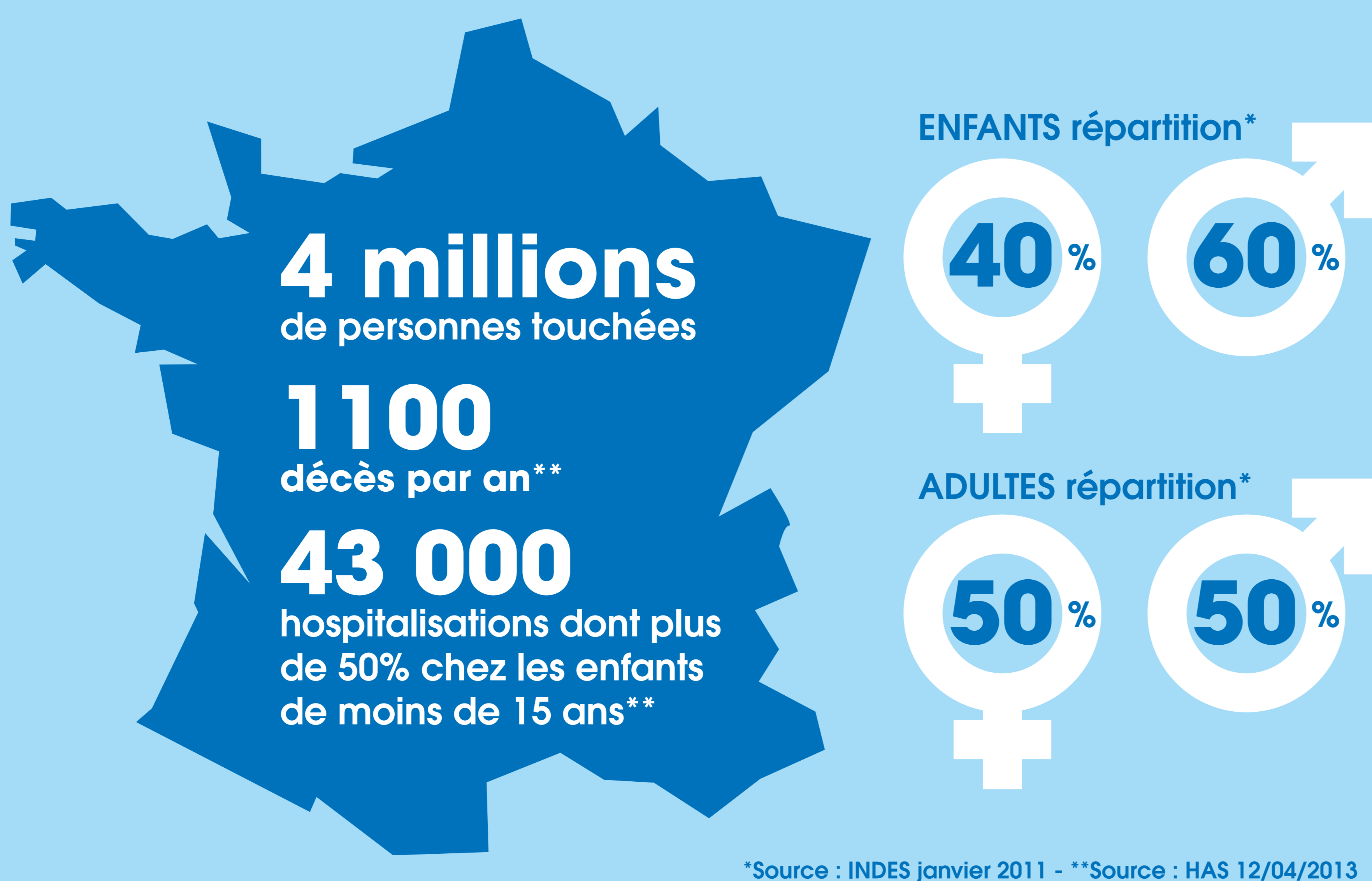


Bronche saine

Bronche durant une crise d'asthme

## Une maladie fréquente et parfois sévère

### EPIDÉMIOLOGIE EN FRANCE



### 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

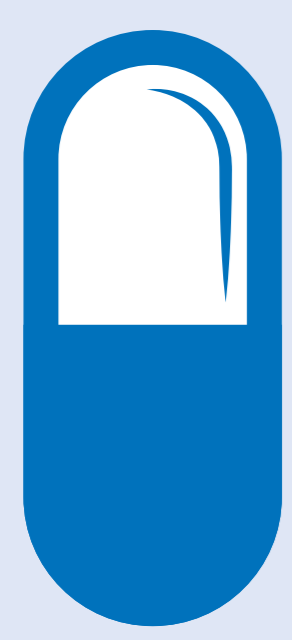
Quand le diagnostic est fait il faut évaluer la sévérité de l'asthme sur :

- 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

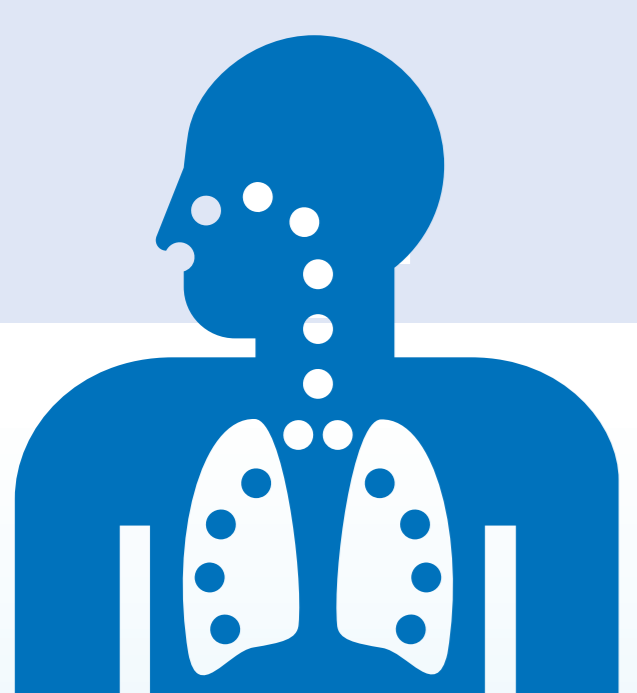
#### Traitement de fond et traitement des crises

##### 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,...)