**L’ASTHME**

L’asthme est une affection inflammatoire chronique caractérisée par une hyperréactivité des voies respiratoires à des facteurs environnementaux appelés « facteurs déclencheurs ». L’exposition des voies respiratoires à des facteurs déclencheurs accroît l’inflammation, l’enflure ainsi que la production de mucus, et provoque la contraction des muscles entourant les voies respiratoires. Par conséquent, leur diamètre rétrécit, ce qui entraîne des symptômes comme une difficulté à respirer, de l’oppression (un serrement de la poitrine), une respiration sifflante et de la toux.

L’asthme peut être léger ou grave. Son degré de gravité peut aussi évoluer dans le temps. Dans certains cas, l’asthme infantile s’améliore avec l’âge.

**Les symptômes de l’asthme**

* Toux
* Respiration sifflante
* Oppression
* Essoufflement
* Accélération de la respiration au repos

**Les facteurs déclencheurs**

L’asthme peut s’aggraver sous l’effet de divers facteurs environnementaux décrits comme des facteurs déclencheurs inflammatoires et irritants. L’évitement des facteurs déclencheurs de l’asthme est une importante stratégie de prévention des symptômes et peut réduire le besoin de médicament. Tout le monde ne réagit pas de la même manière aux facteurs déclencheurs de l’asthme. C’est pourquoi il est important de reconnaître et de contrôler ceux qui déclenchent l’asthme chez un enfant. Toutes les situations du quotidien peuvent s’accompagner à l’occasion de facteurs déclencheurs. Cependant, certaines saisons et certaines activités sont plus propices à l’apparition de symptômes.

Les facteurs déclencheurs inflammatoires provoquent le rétrécissement des voies respiratoires et la production excessive de mucus.

Facteurs inflammatoires courants :

* Une infection des voies respiratoires (par exemple, un rhume ou la grippe)
* La fumée secondaire du tabac
* Les allergènes (les squames animales, les acariens, les moisissures à l’intérieur et à l’extérieur, les pollens).

Les facteurs déclencheurs irritants provoquent la contraction des muscles qui entourent les voies respiratoires enflées. Les muscles présents dans les voies respiratoires sont plus susceptibles de se contracter sous l’effet des facteurs irritants lorsqu’ils sont enflammés.

Facteurs irritants courants :

* L’air froid et sec
* La fumée
* L’accélération de la respiration par l’exercice, le rire ou les pleurs
* Les odeurs prononcées
* La pollution atmosphérique
* L’exercice
* Le stress

**Le traitement de l’asthme**

La plupart des personnes atteintes d’asthme arrivent à bien le contrôler. Un enfant dont l’asthme est bien maîtrisé n’est pas différent des autres et devrait pouvoir participer à toutes les activités.

Les médicaments servent à prévenir ou réduire l’inflammation des voies respiratoires ou les symptômes d’asthme. Ils sont habituellement inhalés sous forme d’aérosol ou de poudre sèche.

Les médicaments de contrôle, qu’on appelle aussi « médicaments préventifs » ou « anti-inflammatoires », contrôlent l’asthme en réduisant l’enflure des voies respiratoires et la production de mucus. Ils contribuent à prévenir ou à réduire l’inflammation des voies respiratoires et les symptômes d’asthme à long terme. Ils sont utilisés sur une base régulière, le plus souvent à domicile. Ils NE procurent PAS de soulagement rapide des symptômes.

Les médicaments de soulagement, qu’on appelle « bronchodilatateurs », procurent un soulagement rapide et temporaire des symptômes en relâchant les muscles qui entourent les voies respiratoires. Ces médicaments ciblent les symptômes d’asthme (comme la toux fréquente, la respiration sifflante, l’essoufflement et l’oppression). L’enfant asthmatique devrait y avoir accès facilement. Le salbutamol (Ventolinmd) est un médicament de soulagement répandu. On reconnaît habituellement les médicaments de soulagement à la couleur bleue qui orne leur dispositif.

**Les dispositifs**

Les dispositifs les plus couramment utilisés pour la prise de médicaments contre l’asthme sont l’aérosol-doseur, avec ou sans tube d’espacement (AeroChambermd, par exemple) et l’inhalateur Turbuhalermd.

La plupart des enfants gèrent eux-mêmes la prise de leur médicament. Si un enfant a besoin d’assistance, l’infirmière donnera au personnel du programme communautaire une formation sur l’utilisation du dispositif d’administration du médicament.

**Quand l’asthme n’est pas bien contrôlé**

L’asthme d’un enfant n’est pas bien contrôlé lorsque survient l’une des situations décrites ci-dessous. Il faut avertir les parents ou tuteurs.

* Les symptômes d’asthme empêchent l’enfant d’accomplir ses activités normales.
* L’enfant tousse fréquemment, est essoufflé ou présente une respiration sifflante.
* L’enfant utilise son médicament de soulagement plus de trois fois par semaine.

**Lors d’un épisode d’asthme**

1. Éloignez l’enfant de tout facteur déclencheur.
2. Faites asseoir l’enfant.
3. Veillez à ce qu’il prenne son médicament de soulagement (reconnaissable à la molette ou au capuchon bleus du dispositif).
4. Encouragez l’enfant à respirer lentement et profondément.
5. Surveillez l’amélioration des symptômes.
6. S’il n’y a pas d’amélioration dans les 5 à 10 minutes qui suivent la prise du médicament, communiquez avec le parent ou le tuteur.
* *L’enfant peut alors prendre une nouvelle dose de médicament. S’il ne se sent pas assez bien pour rester avec les autres, un parent ou tuteur devrait venir le chercher.*
1. Si une urgence survient (voir la liste des cas ci-dessous), appelez le 911 ou les services médicaux d’urgence.

**Plan d’intervention en cas d’urgence**

Il est rare que des symptômes d’asthme dégénèrent en situation d’urgence. Cependant, si l’un ou l’autre des symptômes suivants apparaît, le plan d’intervention en cas d’urgence devrait être mis en œuvre.

* L’enfant fait du tirage sous les côtes (la peau semble aspirée vers l’intérieur).
* L’enfant fait du tirage entre les côtes et à la gorge.
* Ses lèvres et ses ongles prennent une teinte grise ou bleutée.
* L’enfant est incapable de formuler des phrases complètes.
* Ses épaules sont haussées et les muscles de son cou, tendus.
* La toux est hors de contrôle.
* L’enfant a de la difficulté à marcher.
1. Faites appeler le 911 ou les services médicaux d’urgence.
* *Confiez cette tâche à une autre personne. Ne laissez pas l’enfant seul*.
1. Continuez d’administrer le médicament de soulagement comme prescrit toutes les cinq minutes.
2. Communiquez avec le parent ou le tuteur de l’enfant.
3. Restez auprès de l’enfant jusqu’à l’arrivée des services médicaux d’urgence.