

L'asthme

Définition

L'asthme est une maladie inflammatoire chronique des bronches qui peut se manifester par : des crises d'essoufflement, une toux, une respiration sifflante et, parfois, une gêne respiratoire permanente.

Chez une personne asthmatique, les bronches sont anormalement sensibles à certains facteurs comme l'exercice physique, le froid, la fumée de cigarette ou l'exposition à des substances responsables de réaction allergique (allergènes). Lorsque les bronches enflammées sont agressées (par les allergènes, la fumée, le froid, l'air sec, la pollution, etc.), elles réagissent en se contractant et en produisant du mucus. Cette réaction gêne le passage de l'air dans les bronches : **c'est la crise d'asthme.**

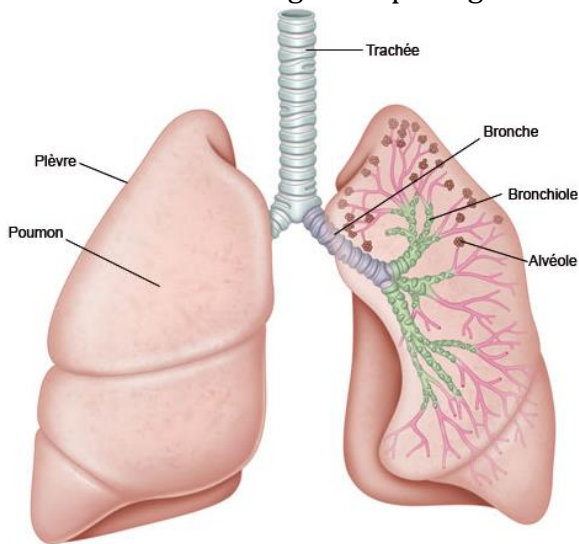
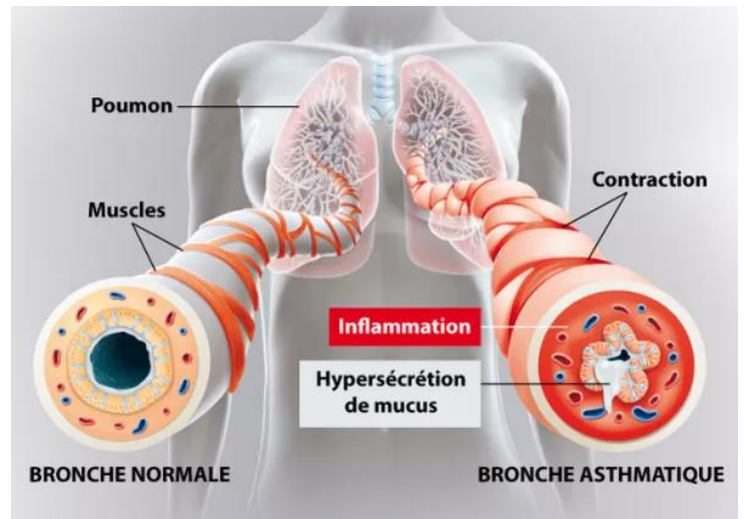


Schéma de l'appareil respiratoire



Symptômes

Le symptôme de l'asthme le plus fréquent est la crise d'essoufflement aiguë.

Mais l'asthme peut également se traduire par :

- une sensation d'oppression au niveau de la cage thoracique,
- une difficulté à respirer profondément,
- une respiration sifflante, un essoufflement à l'effort ou une toux qui ne passe pas.

Ces symptômes peuvent être déclenchés ou aggravés à l'effort, au contact d'une substance ou au changement de température.



Essoufflement



Difficulté à respirer



Toux sèche



Toux nocturne



Respiration sifflante



Douleur ou oppression thoracique



L'asthme

Prévention

Se tenir éloigné des facteurs qui peuvent la déclencher est la meilleure manière d'éviter une crise d'asthme.

Quelles que soient les particularités de leur asthme, il est déconseillé à tous les asthmatiques :

- de fumer ou de fréquenter des lieux enfumés ;
- de remuer la poussière (balayer, secouer des tapis ou des draps, etc.) ;
- d'utiliser des produits irritants pour les voies respiratoires (peintures, colles, produits ménagers, etc.).

Prévenir les asthmes professionnels

Certaines professions peuvent être déconseillées aux personnes asthmatiques :

- les métiers qui exposent à des produits irritants (peinture, teinturerie, coiffure, nettoyage industriel, etc.) ;
- la profession vétérinaire, le toilettage d'animaux et les métiers de l'équitation ;
- les métiers en piscine (maître-nageur, animateur d'aquagym, etc.) ;
- la boulangerie.

Les traitements

Le traitement de fond de l'asthme est celui que l'on prend régulièrement, tous les jours, même lorsqu'on se sent en pleine forme afin d'éviter les crises d'asthme. Ce type de traitement calme l'inflammation des bronches qui est constamment présente, même faiblement, chez les personnes asthmatiques. Les traitements de fond réduisent ainsi le gonflement des parois des bronches et détendent les muscles qui peuvent se resserrer autour de celles-ci. Ils diminuent le risque de développer une crise d'asthme.

Le traitement de la crise : est celui qui doit être pris au début ou pendant une crise d'asthme. Il agit rapidement pour dilater les bronches et ouvrir un plus grand passage pour l'air.

Ces traitements sont prescrits par le médecin en fonction du degré de sévérité de l'asthme chez chacun de ses patients.

