

LES POINTS CLÉS

- ➔ L'ASTHME EST UNE MALADIE CHRONIQUE QUI CORRESPOND À UNE INFLAMMATION DES BRONCHES
- ➔ UN OU PLUSIEURS FACTEUR(S) DÉCLENCHANT(S) PEUVENT ENTRAÎNER LA SURVENUE DE CRISES D'ASTHME
- ➔ L'ASTHME EST UNE MALADIE FRÉQUENTE QUI TOUCHE EN FRANCE 4,5 MILLIONS DE PERSONNES
- ➔ ON PARLE DE CONTRÔLE DE L'ASTHME QUAND LES SYMPTÔMES DE L'ASTHME SONT RARES OU ABSENTS PENDANT UNE PÉRIODE DE 4 SEMAINES.
- ➔ UN ASTHME BIEN CONTRÔLÉ PERMET DE PRÉSERVER LA QUALITÉ DE VIE
- ➔ L'OBJECTIF DE VOTRE TRAITEMENT EST LE CONTRÔLE DE VOTRE ASTHME

JE COMPLÈTE AVEC MON PHARMACIEN*

QU'EST-CE QUI ME GÊNE LE PLUS AU QUOTIDIEN ?

QUELS SONT MES SYMPTÔMES ?

- Sensation d'oppression
- Toux
- Difficulté à respirer
- Sifflements

MON ASTHME EST-IL CONTRÔLÉ ?⁽⁶⁾

DANS LES 4 DERNIÈRES SEMAINES, J'AI...

- ... eu des symptômes durant la journée (plus de 2 fois/semaine) Oui Non
- ... été réveillé la nuit au moins 1 fois en raison de mon asthme Oui Non
- ... dû limiter une ou des activité(s) à cause de mon asthme Oui Non
- ... eu besoin d'utiliser mon traitement de crise plus de 2 fois par semaine Oui Non

SI VOUS AVEZ RÉPONDU AU MOINS 1 « OUI »,
VOTRE ASTHME EST INSUFFISAMMENT CONTRÔLÉ.
PARLEZ-EN À VOTRE MÉDECIN OU À VOTRE PHARMACIEN

* Pour les adultes et enfants à partir de 6 ans.

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- (1) Assurance Maladie. Comprendre l'asthme et la crise d'asthme. <http://www.ameli-sante.fr/asthme/definition-asthme-et-crise-d-asthme.html> [en ligne]. Page web consultée le 22/07/2014. Mise à jour le 03/04/2014.
- (2) GINA. Global strategy for asthma management and prevention - updated 2012.
- (3) Assurance Maladie. Contrôle de l'asthme. <http://www.ameli-sophia.fr/asthme/mieux-connaître-asthme/definition-et-contrôle-de-lasthme/contrôle-de-lasthme.html> [en ligne]. Page web consultée le 22/07/2014. Mise à jour le 26/12/2013.
- (4) Arrêté du 4 mai 2012 portant approbation de la convention nationale organisant les rapports entre les pharmaciens titulaires d'officine et l'assurance maladie.
- (5) Rapport IRDES - L'asthme en France en 2006 : prévalence, contrôle et déterminants. Janvier 2011.
- (6) GINA. Global strategy for asthma management and prevention - updated 2014.

TEST DU CONTRÔLE DE L'ASTHME CHEZ L'ENFANT :

http://www.asthme-allergies.org/pdf/apropos-association/Brochure_JMA_2008.pdf

TEST DU CONTRÔLE DE L'ASTHME CHEZ L'ADULTE :

<http://www.asthmacontroltest.com/countries/france04/intro.asp>

148-AG-10/2014

Crédits photos : ©Fotolia

Arrow Génériques • 26 avenue Tony Garnier, 69007 Lyon

SAS au capital de 36 945 840 47 € - RCS 433 944 485



INSPIRÉ PAR VOUS,
DÉVELOPPÉ PAR NOUS.



INSPIRÉ PAR VOUS,
DÉVELOPPÉ PAR NOUS.

ASTHME MA PATHOLOGIE

QU'EST-CE QUE L'ASTHME ?



Emilie, 24 ans

« L'ASTHME EST UNE MALADIE CHRONIQUE QUI CORRESPOND À UNE INFLAMMATION DES BRONCHES.

Des facteurs déclenchants (allergènes, substances irritantes, efforts physiques, infections respiratoires virales...) peuvent déclencher des crises d'asthme » ⁽¹⁾

COMPRENDRE ⁽¹⁾

Chez une personne en bonne santé, les bronches restent suffisamment ouvertes pour permettre une inspiration et une expiration libres et faciles, ne demandant aucun effort particulier.

Chez l'asthmatique, les bronches sont en permanence victimes d'une inflammation liée à l'irritation de leur muqueuse (un tissu qui tapisse leur intérieur). Cette inflammation entraîne un épaississement de leur paroi et l'accumulation de mucus (sécrétions à l'intérieur des bronches) : le passage de l'air est donc plus difficile.

En présence d'un facteur déclenchant, les muscles des bronches vont se contracter et obstruer encore plus fortement le passage de l'air : c'est la survenue de la crise d'asthme.

La crise d'asthme se manifeste généralement par les signes suivants :

- Sensation d'oppression
- Toux
- Difficulté à respirer
- Sifflements



COMMENT DEVIENT-ON ASTHMATIQUE ? ⁽²⁾

Les mécanismes d'apparition de l'asthme sont complexes mais on sait aujourd'hui qu'il existe certains facteurs pouvant prédisposer à l'asthme, comme la présence d'allergènes, l'obésité, des facteurs génétiques, des infections à certains virus durant l'enfance. Sachez aussi que l'exposition à la fumée de cigarette pendant la grossesse et après la naissance augmente le risque de développer des symptômes de l'asthme durant la petite enfance.

Attention, être concerné par un de ces facteurs ne signifie pas que vous êtes ou deviendrez asthmatique !

QU'EST-CE QUE LE CONTRÔLE DE L'ASTHME ? ⁽²⁾⁽³⁾



Karim, 32 ans

ON PARLE D'ASTHME PARFAITEMENT CONTRÔLÉ QUAND LES SYMPTÔMES DE L'ASTHME SONT RARES OU ABSENTS SUR UNE PÉRIODE DE 4 SEMAINES

VOTRE ASTHME EST BIEN CONTRÔLÉ SI LORS DES 4 DERNIÈRES SEMAINES :

- Vous avez eu peu de symptômes durant la journée (pas plus de 2 fois/semaine) ;
- Votre asthme ne vous a pas réveillé la nuit ;
- Vous avez pu pratiquer vos activités habituelles (profession, loisirs, ménage) sans difficulté ;
- Vous avez utilisé rarement votre traitement de crise (pas plus de 2 fois/semaine).

IL EXISTE DES QUESTIONNAIRES SIMPLES POUR MESURER LE NIVEAU DE CONTRÔLE DE VOTRE ASTHME : PENSEZ À LES UTILISER RÉGULIÈREMENT AFIN D'AUTOÉVALUER VOTRE ASTHME.

QUAND VOTRE ASTHME EST BIEN CONTRÔLÉ :

Votre asthme n'affecte pas votre vie quotidienne et vous pouvez poursuivre le même traitement. Après plusieurs mois de traitement de fond sans crise, votre médecin peut éventuellement diminuer votre traitement. Dans tous les cas, n'arrêtez pas votre traitement de vous-même, sans l'avis de votre médecin.

SI VOTRE ASTHME N'EST PAS CONTRÔLÉ OU N'EST QUE PARTIELLEMENT CONTRÔLÉ :

Consultez rapidement votre médecin. Il fera le point avec vous pour en rechercher la cause et pourra adapter votre traitement de fond si besoin.

UN ASTHME BIEN CONTRÔLÉ PERMET DE PRÉSERVER LA QUALITÉ DE VIE. L'OBJECTIF DE VOTRE TRAITEMENT EST LE CONTRÔLE DE VOTRE ASTHME.

EST-CE UNE PATHOLOGIE FRÉQUENTE ?



Michel, 45 ans

L'ASTHME EST UNE MALADIE FRÉQUENTE QUI CONCERNE 300 MILLIONS D'INDIVIDUS DANS LE MONDE ! ⁽²⁾

En France, 6,8 % de la population générale est touchée par l'asthme (d'après des données publiées en 2012 dans la Convention Pharmaceutique), soit environ 4,5 millions de personnes. ⁽⁴⁾

Chez les enfants, l'asthme touche près de 10% des enfants de 5 à 10 ans ! ⁽⁵⁾

PARMI LES PATIENTS ASTHMATIQUES : ⁽⁴⁾

50 % sont atteints d'un asthme dit « intermittent », ne nécessitant qu'un traitement des crises,

50 % de patients atteints d'un asthme dit « persistant », nécessitant également un traitement de fond au long cours.

VOUS N'ÊTES PAS SEULS !

IL EXISTE DE NOMBREUSES RESSOURCES ET DES ASSOCIATIONS DE PATIENTS QUI SONT LÀ POUR VOUS AIDER.

DEMANDEZ CONSEIL À VOTRE MÉDECIN ET À VOTRE PHARMACIEN.