

## L'asthme

L'asthme est une maladie chronique fréquente qui cause un gonflement et une inflammation des voies respiratoires. Les personnes atteintes de cette maladie peuvent présenter un ou plusieurs symptômes respiratoires. Ces symptômes comprennent :

- Une respiration sifflante
- De l'essoufflement
- Une oppression thoracique
- Une toux

### Crises d'asthme

Les crises d'asthme varient en intensité. Elles peuvent être légères, modérées ou sévères. Consultez les liens suivants pour en apprendre davantage sur l'asthme :

- [Assessing Your Asthma Knowledge \(Évaluez vos connaissances sur l'asthme\)](#)
- [Asthma and Vocal Cord Problems \(Asthme et problèmes de cordes vocales\)](#)
- [Asthma and Wheezing \(Asthme et respiration sifflante\)](#)
- [Asthma Attack \(Crises d'asthme\)](#)
- [Asthma: Symptoms of Difficulty Breathing \(Asthme : Symptômes liés à la difficulté à respirer\)](#)
- [Asthma: Peak Expiratory Flow and Personal Best \(Asthme : débit expiratoire de pointe et meilleurs résultats personnels\)](#)
- [Challenge Tests for Asthma \(Tests de provocation pour l'asthme\)](#)
- [Classification of Asthma \(classification de l'intensité de l'asthme\)](#)
- [Forced Expiratory Volume and Forced Vital Capacity \(Volume expiratoire maximal par seconde et capacité vitale forcée\)](#)

### L'asthme chez les enfants

L'asthme touche aussi les enfants. Cependant, il ne devrait pas les empêcher de vivre en bonne santé. Découvrez les façons dont l'asthme affecte les enfants :

- [Asthma in Children \(L'asthme chez les enfants\)](#)
- [Asthma in Children: Knowing How Bad an Attack Is \(L'asthme chez les enfants : déterminer la sévérité de la crise\)](#)
- [Asthma's Impact on Your Child's Life \(Comment l'asthme affecte la vie de votre enfant?\)](#)
- [How Asthma Develops in Children \(Comment l'asthme se développe chez les enfants?\)](#)
- [Treating Asthma in Babies and Younger Children \(Traiter l'asthme chez les bébés et les enfants\)](#)

Regarder une vidéo pour mieux comprendre l'asthme pendant l'enfance.

Apprendre que votre enfant est asthmatique peut soulever de nombreuses questions. Cette vidéo vous expliquera ce que c'est l'asthme, comment les médicaments contre l'asthme agissent et la manière de reconnaître et de prévenir les symptômes.

Le BC Children's Hospital Asthma Program a créé cette vidéo avec l'aide de Child Health BC et de la BC Lung Association.

- [Childhood Asthma: A Guide for Families and Caregivers \(L'asthme pendant l'enfance : Un guide pour les parents et les gardiens\)](#)

## L'asthme chez les adolescents et les adultes

Tout comme les enfants, les adultes peuvent aussi être touchés par l'asthme. Découvrez les façons dont l'asthme affecte les enfants :

- [Asthma in Teenagers and Adults \(L'asthme chez les adolescents et les adultes\)](#)
- [Asthma in Older Adults: Managing Treatment \(L'asthme chez les personnes âgées : La gestion du traitement\)](#)

## Le traitement de l'asthme

Des stratégies de traitement ont été mises au point pour contrôler l'asthme. Vous prenez peut-être déjà certains de ces médicaments. Apprenez-en davantage sur la gestion de l'asthme :

- [Asthma Treatment Goals \(Objectif de traitement de l'asthme\)](#)
- [Asthma: How to Overcome Treatment Obstacles \(L'Asthme : Comment surmonter les obstacles au traitement?\)](#)
- [Asthma: Overuse of Quick-Relief Medicines \(L'asthme : Surutilisation des médicaments à soulagement rapide\)](#)
- [Living With More Than One Health Problem \(Vivre avec plus d'un problème de santé\)](#)
- [Asthma: Overcoming Obstacles to Taking Medicines \(L'asthme : Surmonter les obstacles liés à la prise de médicaments\)](#)
- [Asthma: Ways to Take Inhaled Medicines \(L'asthme : Les façons d'utiliser les inhalateurs\)](#)
- [Nebulizer for Asthma Treatment \(Nébulisateur pour le traitement de l'asthme\)](#)

Les médicaments pour traiter l'asthme

- [Inhaled corticosteroids for asthma \(Corticostéroïdes en inhalation pour l'asthme\)](#)
- [Inhaled quick-relief medicines for asthma \(Les médicaments de soulagement rapide à pompe pour l'asthme\)](#)
- [Omalizumab for Asthma \(Omalizumab pour l'asthme\)](#)
- [Steroid Medicine for Asthma: Myths and Facts \(Stéroïdes pour l'asthme : Mythes et réalités\)](#)

## Vivre avec l'asthme

Adopter des mesures préventives peut réduire la sévérité de votre asthme et la fréquence de vos crises. La prévention vous évitera également des visites aux urgences et vous aidera à vivre pleinement votre vie. Tenir un journal de vos crises d'asthme et concevoir [un plan d'action contre l'asthme](#) peuvent vous aider à déterminer si vous gérez bien votre asthme et la meilleure façon de le faire.

- [Asthma Diary](#) (PDF, 279 Ko) (Journal de vos crises d'asthme)

## Plans de la Colombie-Britannique en matière d'asthme

Votre fournisseur de soins de santé peut vous aider à cerner les [déclencheurs de l'asthme](#), qui pourront vous aider à apporter les changements nécessaires [à votre mode de vie et à votre environnement](#).

Connaitre les moyens de contrôler vous-même les symptômes de votre asthme et savoir quand il faut obtenir des soins médicaux peuvent contribuer à améliorer la qualité de votre vie.

- [Asthma Action Plan for Children: aged <6 years](#) (PDF, 1,1 Mo)
  - [Punjabi](#) (PDF, 1,3 Mo)
  - [Chinois](#) (PDF, 897 Ko)
- [Asthma Action Plan for Children: aged <6 years](#) (PDF, 1,1 Mo)

- [Punjabi](#) (PDF, 1,4 Mo)
- [Chinois](#) (PDF, 1,4 Mo)
- [Asthma Adult Action Plan](#) (PDF, 287 Ko)

## Modifications apportées au mode de vie et à l'environnement

Certains facteurs liés au mode de vie et à l'environnement peuvent avoir une incidence sur votre santé physique et aggraver votre asthme. Renseignez-vous sur les modifications au mode de vie qui peuvent faciliter la vie de personnes asthmatiques.

### Mode de vie

- [Asthma and GERD \(Asthme et reflux gastroœsophagien pathologique\)](#)
- [Asthma During Pregnancy \(L'asthme pendant la grossesse\)](#)
- [Asthma: Educating Yourself and Your Child \(L'Asthme :Obtenez des renseignements pour vous et votre enfant \)](#)
- [Exercise-Induced Asthma \(L'asthme déclenché par l'exercice\)](#)
- [Occupational Asthma \(L'asthme professionnel\)](#)

### Environnement

- [Allergy Shots for Asthma \(Injections contre les allergies pour contrôler l'asthme\)](#)
- [Controlling Dust, Dust Mites and Other Allergens in Your Home \(Réduire la poussière, les acariens et autres allergènes dans votre maison\)](#)
- [Controlling Pet Allergens \(Réduire les allergènes des animaux domestiques\)](#)
- [La qualité de l'air intérieur \(HealthLinkBC File n° 65a\)](#)
- [La matière particulaire et la pollution de l'air extérieur \(HealthLinkBC File n° 65e\)](#)
- [Tips for Reducing Indoor Pollutants in Your Home \(Astuces pour réduire les polluants intérieurs dans votre maison\)](#)
- [Les incendies incontrôlés et votre santé \(HealthLinkBC\)](#)
- [Asthma: Controlling Cockroaches \(L'asthme: la réduction des coquerelles\)](#)

## Vaccinations

Les personnes asthmatiques sont plus vulnérables aux problèmes graves associés aux maladies qu'un vaccin éviterait. On recommande à ces personnes et à leurs proches de se faire vacciner pour réduire le risque de ces maladies évitables.

Pour de plus amples renseignements sur les vaccins, consultez les fiches suivantes :

- [Vaccin inactivé contre l'influenza \(grippe\) \(HealthLinkBC File n° 12d\)](#)
- [La coqueluche \(la toux coquelucheuse\) \(HealthLinkBC Fiche n° 15c\)](#)
- [Le vaccin contre le zona \(HealthLinkBC Fiche n° 111\)](#)

- [Immunisations \(HealthLinkBC Health Feature\)](#)

### Sites Web utiles

**La Société canadienne de l'asthme** : offre gratuitement des ressources et du matériel éducatifs, y compris les dernières nouvelles et informations relatives à l'asthme.

- [Asthma Canada](#)

**BC Lung Association** : Il s'agit d'un organisme de bienfaisance sans but lucratif et bénévole de santé qui offre de l'information sur les programmes et les ressources éducatives relatifs à l'asthme.

- [British Columbia Lung Association](#)

**L'Association pulmonaire canadienne** a publié le « Lung Association Asthma Handbook ». Ce guide complet à l'intention des personnes asthmatiques a été rédigé dans un style clair et facile à comprendre.

- [L'Association pulmonaire canadienne](#) [en anglais]

**Dernière révision** : le 24 avril 2019