

Les médicaments peuvent-ils me soulager de mon asthme ?

Oui, les médicaments peuvent aider à gérer l'asthme. Les médicaments de contrôle sont pris quotidiennement pour prévenir les crises, tandis que les médicaments de secours apportent un soulagement rapide lorsque les symptômes apparaissent. Certains inhalateurs combinent ces deux médicaments en un seul.

1



Les médicaments de contrôle (ou en prise quotidienne) aident à maintenir vos poumons en bonne santé et plus forts au fil du temps. La prise quotidienne de médicaments de contrôle permet d'éviter les crises d'asthme.

Gardez toujours à l'esprit que même si vous vous sentez bien, la maladie demeure présente. Il est important de prendre ses médicaments de contrôle tous les jours, même si l'on se sent bien.

Discutez avec votre professionnel de la santé des médicaments qui vous conviennent le mieux.

2



Les médicaments de secours (ou à action rapide) permettent d'arrêter la crise d'asthme.

Ils se présentent souvent sous forme d'inhalateur. L'inhalateur s'utilise pour inhaler le médicament lors d'une crise d'asthme.

Que dois-je faire si je fais une crise d'asthme ?

- + Asseyez-vous et essayez de respirer lentement et régulièrement. Essayez de rester calme.
- + Prenez 1 à 2 bouffées de votre médicament à action rapide et suivez les instructions de votre plan d'action contre l'asthme.
- + Si vous pouvez identifier l'élément déclencheur de votre crise d'asthme (animal domestique ou personne en train de fumer, par exemple), éloignez l'élément déclencheur (ou éloignez-vous) de cette zone.
- + Recherchez de l'aide si cela ne vous permet pas de vous sentir mieux.

Soyez prêt(e) - demandez à votre médecin ce que vous devez faire en cas de crise d'asthme.

Pour trouver un professionnel de la santé qui peut vous aider à gérer votre asthme, utilisez le code QR ci-dessous :



Appelez pour prendre rendez-vous
1-844-NYC-4NYC



RESTEZ CONNECTÉ. SUIVEZ NOUS.

nychealthandhospitals.org
French 03/26

Vous pouvez surveiller votre asthme

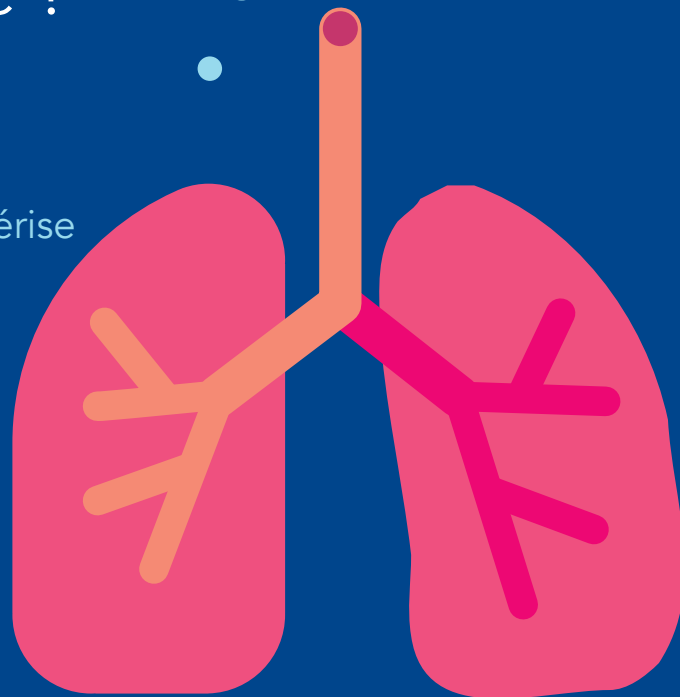
NYC
HEALTH+
HOSPITALS



Care for NYC. No Exceptions. **NYC**
HEALTH+
HOSPITALS

Qu'est-ce que l'asthme ?

L'asthme est une maladie pulmonaire qui se caractérise par une difficulté à respirer. L'asthme peut être contracté à tout âge.



Comment se manifeste l'asthme ?

Si vous souffrez d'asthme, vous pouvez présenter certains ou l'ensemble des symptômes suivants :

- + Toux
- + Un sifflement lorsque vous respirez (respiration sifflante)
- + Essoufflement
- + Oppression thoracique
- + Fatigue inhabituelle

Qu'est-ce qu'une crise d'asthme ?

On parle de crise d'asthme lorsque ces symptômes s'aggravent. Lors d'une crise d'asthme, vous pouvez ressentir les symptômes suivants :

DIFFICULTÉ À PARLER OU À MARCHER



DIFFICULTÉ À RESPIRER



UN SIFFLEMENT LORSQUE VOUS RESPIREZ (RESPIRATION SIFFLANTE)



OPPRESSION THORACIQUE



Pourquoi l'asthme entraîne-t-il des difficultés à respirer ?

Les voies respiratoires sont des tubes qui transportent l'air vers et depuis les poumons. Dans des conditions normales, les voies respiratoires sont ouvertes et dégagées, ce qui permet à l'air d'entrer et de sortir facilement. Lorsque vous souffrez d'asthme, vos voies respiratoires deviennent trop étroites, ce qui rend l'inspiration et l'expiration plus difficiles.

Vos voies respiratoires

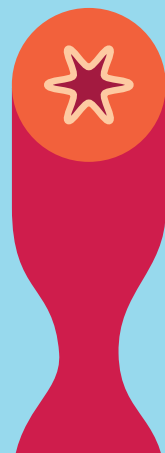
NORMAL



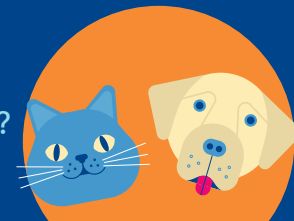
ASTHME



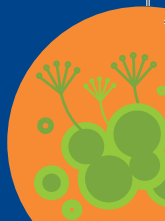
CRISE D'ASTHME



Pourquoi ai-je des crises d'asthme ?
De nombreux facteurs (appelés éléments déclencheurs) peuvent provoquer une crise d'asthme. Les éléments déclencheurs varient d'une personne à l'autre. Les éléments déclencheurs courants de l'asthme sont les suivants :



ANIMAUX DOMESTIQUES



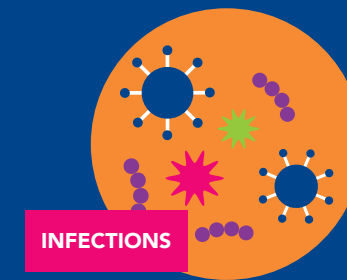
MOISSISURE



POUSSIÈRE



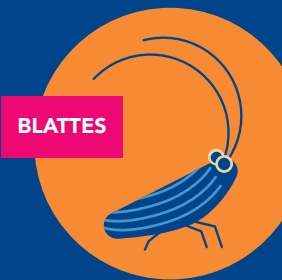
POLLUTION



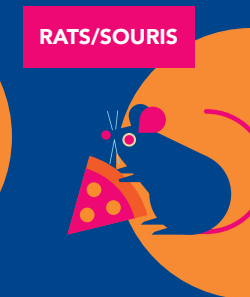
INFECTIONS



PRODUITS CHIMIQUES
TELS QUE LES PARFUMS
OU LES DÉSODORISANTS



BLATTES



RATS/SOURIS



RHUMES ET MALADIES



TABAGISME



EXERCICE



PLANTES ET SAISONS

Si vous détermterminez les facteurs qui aggravent votre asthme, vous pourrez mieux surveiller votre asthme. Discutez avec votre professionnel de la santé de la façon dont vous pouvez éviter les facteurs déclenchants.