



# L'asthme de l'enfant

Maladie respiratoire chronique, le plus souvent d'origine allergique, la crise d'asthme se caractérise par une inflammation et un rétrécissement des bronches qui entraînent une gêne respiratoire plus ou moins sévère. La maladie peut être intermittente ou persistante.



Bsip

## → Que ressent l'asthmatique ?

► Une oppression: l'enfant asthmatique en crise a des difficultés à inspirer et surtout à expirer l'air contenu dans ses poumons, comme s'il respirait à travers une paille. Un essoufflement et des sifflements accompagnent cette gêne et témoignent du rétrécissement de ses bronches. L'air est emprisonné dans la poitrine, le thorax est bloqué. Cette sensation s'accompagne d'une toux sèche, irritante, et bien souvent d'un sentiment d'anxiété ou d'angoisse.

## → Quand penser à l'asthme ?

► Chez le nourrisson, on parle d'asthme quand celui-ci a présenté au moins trois épisodes de gêne respiratoire sifflante accompagnés ou non de toux sèche, surtout la nuit et/ou à l'effort. Un bilan allergologique permettra de repérer un terrain allergique, presque toujours présent chez les enfants asthmatiques. À partir de 3-4 ans, il est possible de confirmer le diagnostic par des examens d'épreuves fonctionnelles respiratoires (EFR).

## → Qu'est-ce qu'une crise ?

► Une crise d'asthme se caractérise par une contraction brutale des muscles bronchiques, ce qui engendre un rétrécissement des voies aériennes respiratoires. L'air passe difficilement. Cette obstruction s'accompagne du gonflement de la muqueuse bronchique avec production excessive de mucosités (surtout chez le jeune enfant). La crise s'installe brutalement, le plus souvent en quelques heures: il faut donc traiter sans attendre et prévenir les crises ultérieures.

## Quels sont les facteurs déclenchants ?

- L'allergie aux acariens, animaux, moisissures, pollens...
- Les infections respiratoires virales hivernales.
- La pollution des villes.
- La fumée de tabac.
- L'effort physique.
- Le manque de suivi des traitements de fond de l'asthme.



Henri Cacchia-Thermes Aix

### → Traiter

▶ On parle d'anticipation de la crise et d'adaptation du traitement dès les premiers symptômes: le petit asthmatique utilise des bronchodilatateurs d'action rapide et de courte durée. En outre, un traitement de fond à base de corticoïdes inhalés et un suivi médical régulier contribuent au contrôle de l'asthme. La famille d'un enfant asthmatique possède un plan personnalisé de traitement de crise.

### → Une cure pour gagner en qualité de vie

▶ La cure thermale est envisagée comme un traitement annuel complémentaire dans un but préventif, curatif et éducatif. Les principes actifs naturels de l'eau thermale, mis en contact avec les muqueuses respiratoires, améliorent ou restaurent la qualité des tissus, protègent l'organisme contre les agressions et renforcent le traitement de fond.

▶ Les techniques thermales, aérosols et inhalations, ainsi que la durée des soins sont adaptés à l'âge de l'enfant. L'espace et le temps de cure sont intégrés dans la vie sociale de l'enfant. Ce dernier est accompagné de sa famille ou accueilli dans une maison d'enfants.

▶ Les stations thermales à orientation « voies respiratoires », (situées en moyenne montagne) bénéficient d'un environnement climatique sans pollution et avec peu d'acariens.

▶ Un encadrement pédagogique et médical soutient l'enfant dans la compréhension de sa maladie et de ses traitements.

### → Une école de l'asthme pour apprendre à gérer la maladie

▶ L'enseignement délivré dans les « écoles de l'asthme » à l'hôpital, en ville ou en milieu thermal (La Bourboule) offre une aide efficace: des ateliers ludiques et interactifs permettent aux enfants de s'informer, d'apprendre à mesurer leur souffle, de reconnaître les facteurs de risque, de mieux gérer la crise, avec pour objectif de les rendre autonomes et acteurs de leur santé.

▶ Cette éducation thérapeutique est dispensée par des professionnels, médecins, infirmiers, kinésithérapeutes ou des éducateurs formés.

## CHIFFRES

- 3, 5 millions de Français sont asthmatiques.
- Un tiers sont des enfants.

### Pour en savoir plus

[www.france-thermale.org](http://www.france-thermale.org)

Association Asthme et Allergie:

<http://www.asmanet.com/asthme/>