

## Plan d'action de la crise d'asthme de l'enfant

Appartenant à :

Médecin traitant :

Médecin spécialiste :

### Je connais mon asthme

L'asthme est une inflammation bronchique qui se manifeste par des symptômes respiratoires apparaissant de manière plus ou moins soudaine. Ils prennent tantôt la forme de crises et tantôt la forme de gênes répétées.

Ces signes sont très variés. Leur disparition, soit spontanément, soit à l'aide d'un bronchodilatateur, est un bon argument diagnostique... Une cause allergique est retrouvée chez 80% des enfants asthmatiques et 50% des adultes

### Je repère mes situations à risque et j'adapte mon traitement

Je connais les principaux facteurs déclenchants d'une crise d'asthme : allergies, virus, irritants (tabac, pollution...), facteurs climatiques (brouillard, air froid et sec), facteurs émotifs, et essaie de les éviter ou adapte mon traitement en conséquence.

Je prends mon bronchodilatateur avant la pratique de certaines activités physiques (endurance en particulier).



4

### objectifs de sécurité pour mon asthme :

- J'identifie les signes de début de crise pour la traiter précocement.
- Je maîtrise ma technique d'inhalation.
- Je différencie le traitement de la crise du traitement de fond.
- Je connais les facteurs déclenchants

## Je reconnais les signes de la crise d'asthme et j'adapte mon traitement



### Je reconnais les signes avant-coureurs :

Toux modérée	Œil qui gratte	Yeux cernés
Nez qui coule	Excitation /Anxiété	Fièvre
Eternuements	Fatigue	Pâleur
Picotements dans la gorge ou le nez	Diminution de l'appétit	Céphalées
Je prends ..... bouffées de mon bronchodilatateur (le médicament bleu) 3 à 4 fois par jour pendant 4 à 8 jours		



### Je reconnais les signes de la crise :

Toux persistante	Respiration rapide	Oppression
Sifflements	Pâleur	
Essoufflement	Agitation	
J'applique le plan d'action de la crise d'Asthme		

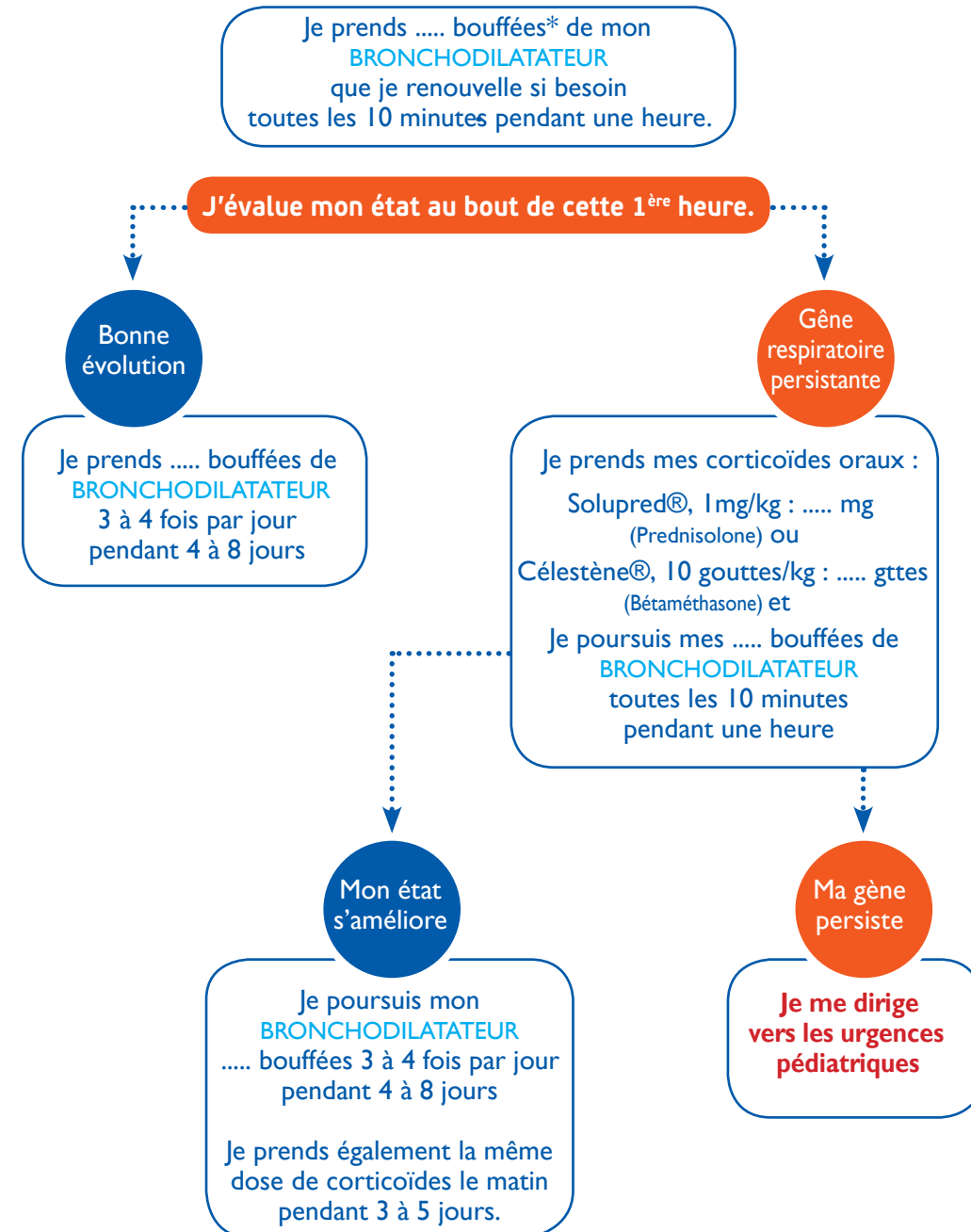


### Je reconnais les signes de gravité :

Echec du plan d'action de la crise d'asthme bien conduit		
Toux incessante	Ne supporte que la position assise	Sueurs
Difficultés à parler	Lèvres bleues	Diminution du débit mètre de pointe
Troubles du comportement/Panique		Baisse rapide du débit mètre de pointe
Je me dirige vers les urgences pédiatriques		

Mon poids : .....

## Je connais mon Plan d'action de la crise d'asthme



\* 1 bouffée par 2 kgs de poids. 10 bouffées au maximum