



L'asthme

L'asthme est une maladie chronique causée par la constriction des voies aériennes et menant à des difficultés respiratoires. Divers facteurs font en sorte que les muscles des voies respiratoires se rétrécissent et que les parois de ces passages enflent et produisent une plus grande quantité d'exsudat muqueux. Au fur et à mesure que le rétrécissement se fait plus grand, la respiration devient plus difficile, allant d'une toux persistante à une respiration sifflante.

Une crise d'asthme peut durer quelques minutes ou s'étendre sur plusieurs jours. Une crise peut être déclenchée par l'un ou l'autre des facteurs suivants :

- la pollution de l'air
- les allergies : animaux, pollen, poussière, aliments, médicaments, moisissure
- les fournitures d'arts plastiques, la peinture
- l'aspirine
- les tapis
- l'air froid
- les produits de beauté, les parfums
- la poussière
- les émotions : l'énerverment, la colère, la peur, le rire
- les facteurs environnementaux, comme les lilas au printemps, le pollen à l'été et à l'automne, et les moisissures de la maison à l'hiver
- l'exercice, de trop grands efforts
- la fumée, le tabac
- les infections : rhume, grippe
- la température.

L'asthme est la maladie chronique la plus courante chez les enfants. À un moment ou l'autre, il peut y avoir de dix à vingt pour cent des élèves souffrant d'asthme. L'asthme peut être contrôlé et l'élève qui fait de l'asthme devrait être en mesure de participer à la plupart des activités scolaires. Bien que l'asthme ne soit pas un trouble psychologique, il peut être déclenché par des facteurs affectifs.

Comment reconnaître l'asthme

Les symptômes comprennent :

- une respiration difficile;
- un resserrement dans la poitrine;
- un malaise pulmonaire, très essoufflé après avoir fait des efforts;
- un toussotement continu;
- une respiration sifflante;
- une agitation inexplicable;
- une posture arrondie, les muscles du cou et des épaules tendus;
- une pâleur du visage, souvent en sueur.

Que faire pendant une crise d'asthme

À faire

Donner un traitement au bronchodilatateur.

Si les symptômes persistent, donner un deuxième traitement au bronchodilatateur et avertir les parents.

Si les symptômes persistent toujours après cinq minutes, donner un troisième traitement au bronchodilatateur et appeler l'ambulance.

Encourager l'élève à relaxer et à respirer lentement.

Si l'élève demande à boire, lui offrir une boisson tiède.

Rester calme et parler doucement à l'élève.

À ne pas faire

Laisser l'élève seul.

Coucher l'élève.

Permettre à l'élève d'aller seul à la maison.

La gestion de la classe

- Dès le début de l'année, organiser une rencontre avec les parents et l'élève pour déterminer les besoins particuliers de l'élève et informer tout le personnel concerné de l'école de la situation de l'élève. Préparer un plan d'action comprenant l'information adéquate pour chaque élève qui fait de l'asthme. Entre autres, indiquer l'emplacement des médicaments et les mesures d'urgence à prendre en cas de crise d'asthme légère ou grave.
- Veiller à ce que les parents procurent un bronchodilatateur qui serait disponible en tout temps, à l'intérieur ou à l'extérieur de la classe. L'élève devrait l'avoir sur lui. Vous informer sur le traitement que l'élève doit suivre, par exemple, quels médicaments l'élève doit prendre et quelles techniques de relaxation sont efficaces. Vous familiariser avec les agents de soulagement (bronchodilatateur), de prévention (inhalateur anti-inflammatoire) et de débitmètre de pointe (mesure de la fonction pulmonaire).
- L'élève peut connaître sa maladie et vous devez respecter ce fait. Décider à l'avance de ce que vous ferez si l'élève croit qu'une crise d'asthme est en puissance. Encourager l'élève à se maîtriser en prenant des mesures préventives pour empêcher qu'une crise grave ne se déclenche. Il serait peut-être nécessaire pour l'élève :
 - de sortir de la classe et de trouver un endroit pour se détendre;
 - d'utiliser un bronchodilatateur;
 - de boire des liquides tièdes.
- L'asthme découlant d'allergies peut être attribuable à une vaste gamme de facteurs qui varient d'une

personne à l'autre. Si vous connaissez la source de l'allergie, la retirer de la classe afin de procurer un milieu sain à l'élève.

- Encourager l'élève à participer au plus grand nombre possible d'activités scolaires et l'inciter à faire de l'exercice pour améliorer sa forme physique. L'exercice peut parfois déclencher l'asthme chez certains élèves. Pour éviter des réactions, ces élèves doivent prendre des médicaments 30 minutes avant l'exercice, commencer lentement l'activité, avoir une période courte d'activité soutenue et terminer progressivement l'activité. Connaître les élèves qui ont besoin de médicaments avant de faire de l'exercice et leur rappeler, au besoin, de prendre ces médicaments.
- Une crise d'asthme peut être alarmante pour ceux qui ne sont pas familiers avec cette condition. Expliquer aux élèves de la classe ce qu'est l'asthme et suggérer des façons de montrer du soutien et de l'encouragement.
- Informer les parents si l'élève semble prendre plus de médicaments que d'habitude.

Remarque : Dans ce dépliant, le générique masculin est utilisé sans aucune discrimination et uniquement dans le but d'alléger le texte.

Direction de l'éducation française - 1997

Ressources

Voici quelques suggestions pour vous aider dans votre quête d'information sur le sujet :

- L'Association pulmonaire du Québec
4837, rue Boyer, bureau 100
Montréal, QC H2J 3E6
Tél. : 1-800-295-8111 ou (514) 596-0805
Télééc. : (514) 596-1183
(services et documents en français)
- Association d'information sur les allergies et l'asthme
172 Andover Road
Beaconsfield, QC H9W 2Z8
Tél. : (514) 694-0679
Télééc. : (514) 694-0679
(services et documents bilingues)
- Alberta Asthma Centre
C.P. 4033
Edmonton, AB T6E 6K2
Tél. : (403) 492-9564
(services et documents en anglais seulement)
- Allergy/Asthma Association of Calgary
C.P. 1116, Succ. G
Calgary, AB T3A 3C3
Tél. : (403) 270-7855
(services et documents en anglais seulement)
- Votre centre local de santé publique (Health Unit) et votre médecin.

Pour d'autres ressources, consulter le dépliant anglais, *Awareness Series, Asthma*, Special Education Branch, Alberta Education.

Pour tout renseignement complémentaire, prendre contact avec la Direction de l'éducation française, Tél. : 427-2940, Télééc. : 422-1947
Adresse électronique : DEF@edc.gov.ab.ca
(À l'extérieur d'Edmonton, composer le 310-0000 pour être relié sans frais.)

Alberta
EDUCATION

Renseignons-nous
sur

► l'Asthme

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Direction de
l'éducation
française

Language
Services
Branch