

Entre 8 et 12%

Le nombre d'enfants concernés par l'asthme en Suisse.



ASTHME Bien prise en charge, la maladie n'entrave plus le quotidien des patients. L'École de l'asthme dispense informations et conseils pour apprendre à vivre avec.

Réappriivoiser la maladie

ESTELLE BAUR

Entre 8 et 12% des enfants suisses seraient concernés par l'asthme. Cette maladie chronique inflammatoire des bronches survient à tout âge et cause toux, respiration sifflante et crises d'étouffement potentiellement graves. Elle demeure méconnue. «Rares sont les personnes au fait de la gravité de l'asthme et de ses causes, alors que les traitements sont très efficaces. On constate un déficit d'information dans la population», explique le Prof. Pierre-Olivier Bridevaux, chef du service de pneumologie de l'Hôpital du Valais. Un avis que

« Il faut mesurer la fonction pulmonaire pour poser un diagnostic. »

PROF. PIERRE-OLIVIER BRIDEVAUX
CHEF DU SERVICE DE PNEUMOLOGIE,
HÔPITAL DU VALAIS

partage son collègue et chef du Service de pédiatrie Simon Kayemba-Kay's. «Les difficultés respiratoires qui sont parfois révélatrices d'asthme chez l'enfant peuvent être graves. Elles nécessitent une consultation chez le médecin de famille ou le pédiatre. Nous recevons de nombreux enfants qui présentent des crises modérées à sévères sans bénéficier d'un traitement de fond. Or, il est essentiel qu'en dehors des crises, l'enfant puisse recevoir un traitement adéquat et que les parents ne l'arrêtent pas d'eux-mêmes. Qu'ils fassent le point régulièrement avec le médecin.»

La crise d'asthme a deux composantes: l'inflammation chronique des bronches d'une part et la contraction excessive des muscles bronchiques d'autre

Prévenir les crises d'asthme

Reconnaitre les signes de l'inflammation des bronches (toux le matin au réveil).

Eviter les agents pouvant déclencher une crise (fumée de cigarette, produits d'entretien de la maison, pollens ou poils de chat pour les personnes allergiques...).

Utiliser correctement un traitement de secours (aérosol doseur).

part, qui réduit le calibre des voies aériennes. Si le traitement par Ventolin® (la molécule habituellement utilisée) permet de relâcher la contraction des muscles bronchiques, l'inflammation chronique des bronches nécessite un traitement par corticoïdes sur plusieurs mois.

L'École de l'asthme

C'est dans ce contexte que s'est ouverte l'École de l'asthme à l'Hôpital du Valais. La prestation se destine en priorité aux enfants et aux adolescents et propose une éducation thérapeutique pour comprendre l'asthme et son traitement, anticiper et éviter les crises, gagner

en qualité de vie et en autonomie. «Son objectif, ce n'est pas tant le traitement que d'expliquer à l'enfant et à ses parents ce qu'est l'asthme et quels sont les facteurs qui déclenchent les crises, explique le Dr. Kayemba-Kay's. Cela permet à l'enfant de reconnaître le moment où celles-ci commencent afin de prévenir ses parents et

prendre ses médicaments à temps. On y explique aussi les différentes méthodes de traitement.» Le programme propose ainsi un lieu de discussion entre parents, patients et spécialistes.

Une prestation qui se fait au cas par cas, en fonction du type d'asthme. Ces types peuvent être nombreux: asthme dû aux aller-

gies, au froid, à l'effort, aux polluants extérieurs (trafic automobile, travail en usine) ou intérieurs (fumée passive, feux de cheminée), asthme présentant des composantes génétiques, etc. «C'est pourquoi l'Hôpital du Valais offre un diagnostic correct et complet afin de prescrire le trai-

« L'École de l'asthme donne les moyens aux jeunes de contrôler la maladie. »

DR SIMON KAYEMBA-KAY'S
CHEF DU SERVICE DE PÉDIATRIE
DE L'HÔPITAL DU VALAIS

tement adéquat», conclut le Dr Kayemba-Kay's. Car si l'asthme est pris en charge correctement, l'enfant peut vivre une vie normale sans avoir à réduire ses activités physiques, comme nous l'explique le Prof. Bridevaux: «Trop de personnes asthmatiques croient que ces activités doivent être évitées. Au contraire, elles sont recommandées et ne posent pas de problème si la maladie est bien contrôlée.»

Vendredi 17 février,
l'émission L'Antidote
«Directives anticipées»
sera rediffusée sur Canal9
à 18 h 30, 19 h 30, 20 h 30, etc., puis
le week-end à 8 h 30, 14 h 30 et 20 h 30.

LE SURDIAGNOSTIC DE L'ASTHME PEUT ENTRAÎNER UN SURTRAITEMENT INUTILE ET DÉLÉTÈRE

On estime que l'asthme est aujourd'hui surdiagnostiqué dans 30% des cas au moins, comme l'explique le Prof. Bridevaux: «Les médecins évoquent facilement l'asthme et commencent un traitement inhalé chez des personnes rapportant une respiration sifflante ou des difficultés respiratoires à l'effort. La réalisation de tests respiratoires diagnostiques permet de confirmer ou d'infirmer le diagnostic d'asthme et d'ajuster

les traitements, voire de les supprimer si un autre problème de santé est identifié. Plusieurs études ont montré que le surdiagnostic entraîne un surtraitement lourd, coûteux et potentiellement alourdi d'effets secondaires.» Pour pallier le problème, le Prof. Bridevaux recommande des tests complémentaires pour confirmer ou infirmer le diagnostic, parmi lesquels la spirométrie, «un test respiratoire non invasif qui consiste à souffler

dans un spiromètre et qui peut se faire dans un cabinet spécialisé ou un laboratoire de fonction pulmonaire. Il est indolore et dure une quinzaine de minutes. S'il est normal, on proposera un test supplémentaire appelé test de bronchoprovocation qui permet sous contrôle médical de reproduire d'éventuels symptômes asthmatiques. Si ce test est négatif, il ne s'agit probablement pas d'un asthme et le traitement n'est pas nécessaire.»

FONDATION DOMUS

Contre les risques de burn-out

Dans le milieu professionnel actuel, la performance est impérative. Nombreux sont ceux qui ne résistent pas au rythme imposé. Le taux d'absentéisme est en constante augmentation et chacun de nous connaît au moins une personne victime de «burn-out». Cet épuisement physique, mental ou émotionnel dû à un stress chronique est-il inévitable? Comment inverser

la tendance dans une société où cette souffrance demeure un tabou? C'est la thématique proposée par la Fondation Domus pour clore son cycle de tables rondes 2016-2017. Une soirée grand public pour s'informer, échanger ses points de vue et débattre, jeudi 16 février à Ardon.

Plus d'informations sur: www.fondation-domus.ch

PROMOTION SANTÉ SUISSE

Gestion de la santé en entreprise

Promotion Santé Suisse et la CSS Assurance organisent une matinée autour de la thématique de la gestion de la santé en entreprise (GSE). Le 16 février, au NH Hotel de Fribourg et autour d'un petit-déjeuner, les auditeurs pourront assister à deux miniconférences tenues par Karine Gautschi Hâlg (Key Account Manager Romandie, Promotion Santé Suisse) et Mélanie Hindi (Spécialiste GSE, CSS Assurance). Jean-Pierre Jaquet, directeur du

Foyer Saint-Joseph de Sâles, présentera un exemple pratique pour évoquer les enjeux et les effets positifs d'une bonne gestion de la santé en entreprise dans les PME. La participation est gratuite.

Le nombre de places étant limité, prière de vous inscrire auprès de Madlen Witzig: madlen.witzig@promotionsante.ch. 031/350.03.41. Plus d'infos sur: <https://promotionsante.ch/qui-sommes-nous/manifestations/petit-dejeuner-gse.html>