

Que faire après une crise d'asthme?

Un guide à garder à portée de main



Date : ☐ Urgence ☐ Hospitalisé

Déclencheur(s) :

Autre(s) diagnostic(s) :

Qu'est-ce qu'un bronchospasme?



- Il s'agit du rétrécissement des voies respiratoires (bronches) situées dans les poumons, en raison de la contraction des muscles qui les entourent. Ce phénomène est souvent appelé « crise d'asthme ».
- Le bronchospasme survient en contexte d'inflammation des bronches.
- Il peut être déclenché par différents irritants et allergènes comme les infections (virus ou bactéries), les allergies, l'exercice, la fumée ou la pollution.
- Les symptômes comprennent l'essoufflement, la toux, la respiration sifflante, le tirage et une sensation d'oppression thoracique.
- Les bronchospasmes légers nécessitent des interventions souvent brèves tandis que les cas sévères peuvent requérir des consultations urgentes et des traitements intensifs.

Quand reprendre les activités (garderie, école)?



- Quand l'enfant peut accomplir ses activités sans limitation.
- Quand une surveillance des symptômes et une administration de médicament de secours (bronchodilatateur) au besoin est possible.
- En contexte d'infection, quand les règles du milieu fréquenté le permettent.

Quels déclencheurs éviter?

Limiter le contact avec :



Les irritants	Les allergènes connus ou suspectés	
<ul style="list-style-type: none">• Tabac, vapotage et cannabis• Pollution• Feux de bois (foyer, feu de camp)	<input type="radio"/> Animaux	<input type="radio"/> Pollen
	<input type="radio"/> Moisissures	<input type="radio"/> Poussière
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Traitement dans les jours suivant le retour à la maison

Dispositif d'inhalation :

- ☐ Masque ☐ Embout buccal
- ☐ Aucune chambre d'espacement nécessaire (dispositif en poudre uniquement)

Médicaments	Administration	Rôle
Médicament de contrôle RÉGULIER Couleur : Nom :mcg Posologie :	<ul style="list-style-type: none">• Tous les jours	<ul style="list-style-type: none">• Diminue l'inflammation dans les voies respiratoires et les rend moins réactives.• Diminue la fréquence et l'intensité des symptômes.
Bronchodilatateur (médicament de secours) AU BESOIN Couleur : Nom :mcg Posologie :	<ul style="list-style-type: none">• Maximum aux 4 h.• Consulter si non-efficace.	<ul style="list-style-type: none">• Soulage les symptômes rapidement (<30 min.) en ouvrant les voies respiratoires• Utiliser si :<ul style="list-style-type: none">• Essoufflement• Respiration sifflante• Toux importante• Oppression thoracique• Tirage
Corticostéroïde systémique Nom : <input type="radio"/> Comprimé <input type="radio"/> Sirop	<ul style="list-style-type: none">• Pendant jour(s)	<ul style="list-style-type: none">• Traite l'inflammation pour une prise de contrôle plus rapide des symptômes.
Autre :		

Après une semaine, voir le traitement à poursuivre à long terme.



Traitements à poursuivre à long terme

Durée :

- ☐ mois
- ☐ Jusqu'à réévaluation médicale
- Prévoir un rendez-vous :

Dispositif d'inhalation :

- ☐ Masque ☐ Embout buccal
- ☐ Aucune chambre d'espacement nécessaire (dispositif en poudre uniquement)

Médicaments	Administration	Rôle
Médicament de contrôle RÉGULIER Couleur : Nom : mcg Posologie :	<ul style="list-style-type: none"> Tous les jours 	<ul style="list-style-type: none"> Diminue l'inflammation dans les voies respiratoires et les rend moins réactives. Diminue la fréquence et l'intensité des symptômes.
Bronchodilatateur (médicament de secours) AU BESOIN Couleur : Nom : mcg Posologie :	<ul style="list-style-type: none"> Maximum aux 4 h. Consulter si non-efficace. 	<ul style="list-style-type: none"> Soulage les symptômes rapidement (<30 min.) en ouvrant les voies respiratoires Utiliser si : <ul style="list-style-type: none"> Essoufflement Respiration sifflante Toux importante Oppression thoracique Tirage
Autre :		
Autre :		



Comment savoir si l'asthme est bien contrôlé ?

Symptômes légers et peu fréquents :

- Essoufflement, toux, respiration sifflante ou oppression thoracique :
 - ≤ 2 jours / semaine
 - < 1 nuit / semaine et symptômes légers
- Usage de médication de secours (bronchodilatateur) : ≤ 2 fois / semaine.
- Aucune limitation dans les activités (incluant l'activité physique).
- Aucun absentéisme.
- Exacerbations légères et rares (pas de consultation urgente, ni de corticostéroïdes oraux ou intra-veineux).



En cas de perte de contrôle

- S'assurer de contrôler l'exposition aux déclencheurs (ex. : allergène ou fumée).
- Administrer le médicament de secours (bronchodilatateur) pour soulager les symptômes en suivant la prescription (maximum aux 4 h).
- Autre :

Si les symptômes sont peu sévères, faire le suivi auprès d'un professionnel de la santé (apportez vos pompes). Pour toute question, le 811 peut être consulté.



Quand consulter à l'urgence ?

- Si l'effet du médicament de secours (bronchodilatateur) ne dure pas 4h et ne fait pas effet.
- En cas d'inquiétude face à la respiration ou l'état général.

911

- En cas de difficulté à parler.
- En cas de peau ou de lèvres pâles ou bleutées.
- Si l'enfant doit demeurer assis pour bien respirer.
- En cas d'altération de l'état de conscience (sommolence disproportionnée).

Ressources



Qu'est-ce qu'un bronchospasme ?
<https://bit.ly/42h0SHm>

Pour des renseignements sur les dispositifs d'inhalation, scanner le code QR et référez-vous aux liens disponibles dans la section « retour à la maison ».