

QUE FAIRE EN CAS DE CRISE D'ASTHME LE GUIDE SUR L'ASTHME



Si vous êtes asthmatique, vous devez savoir quoi faire en cas d'urgence. Votre plan d'action contre l'asthme vous dira exactement ce qu'il faut faire si vous éprouvez des problèmes respiratoires. Si vous n'avez pas de plan, demandez-en un à votre médecin. .

Si vous commencez à avoir des problèmes à respirer, suivez les directives inscrites à droite. Vous pourriez même faire une copie de cette page et l'afficher dans un endroit pratique.

À quoi puis-je m'attendre en arrivant à l'hôpital?

On vous donnera des médicaments qui ouvriront vos bronches, pour vous aider à mieux respirer. Des employés de l'hôpital pourraient vous poser des questions sur votre asthme, notamment sur la quantité de médicament de secours (pompe bleue) que vous avez prise en vous rendant à l'hôpital.

À l'urgence :

- On mesurera votre pouls et votre pression artérielle
- On pourrait vous administrer de l'oxygène au moyen d'un masque
- On pourrait fixer un capteur à l'un de vos doigts pour mesurer la quantité d'oxygène dans votre sang
- On pourrait vous administrer des médicaments par intraveineuse, pour dégager vos bronches

Que faire à ma sortie de l'urgence?

Dans les 48 à 72 heures suivant votre visite à l'urgence, vous devriez prendre un rendez-vous avec votre médecin. Vous devrez déterminer pourquoi vous avez dû aller à l'urgence, afin d'éviter que cela se reproduise. Il se pourrait que votre médecin vous recommande de consulter un éducateur certifié dans le domaine respiratoire ou de l'asthme pour vous aider à reprendre le contrôle de votre asthme.

Si l'on vous a prescrit une dose plus forte ou des médicaments additionnels, dites-le à votre médecin. Demandez-lui combien de temps vous devriez prendre ces médicaments additionnels avant de recommencer à prendre vos médicaments habituels.

SI VOUS COMMENCEZ À AVOIR DES PROBLÈMES RESPIRATOIRES :

- Cessez toute activité.
- Si possible, éloignez-vous du facteur déclencheur.
- Asseyez-vous confortablement.
- Prenez votre médicament de secours (pompe bleue).
- Reprenez votre médicament de secours après 10 minutes, si vous ne commencez pas à vous sentir mieux.
- Si vous avez été en contact avec l'un de vos déclencheurs d'allergies, prenez une douche ou un bain lorsque vous vous sentez mieux.

Si la pompe bleue ne soulage pas vos symptômes, vous devez agir IMMÉDIATEMENT.

SIGNES D'AGGRAVATION DE L'ASTHME :

- La respiration est très difficile
- Respiration sifflante ou toux persistante au repos
- Difficulté à marcher ou à parler
- Lèvres et/ou bouts des doigts bleuâtres
- La pompe bleue n'aide pas les symptômes après 10 minutes, ou son effet ne dure pas trois heures

Demandez de l'aide IMMÉDIATEMENT. Demandez à un autre adulte ou à un voisin de vous conduire à la salle d'urgence la plus proche, ou appelez une ambulance.

En route vers l'hôpital, utilisez votre pompe bleue autant de fois qu'il le faut.