



ANIMATION ET HANDICAP

L'asthme



Une maladie chronique

« Vite, vite, Chloé ne sait plus respirer ! Elle fait sûrement une crise d'asthme ! Appelle les secours ! ».

Domage d'en arriver à une situation si stressante ! Pourtant, avec une bonne connaissance de la maladie, on peut éviter un grand nombre de catastrophes ! Tu trouveras dans cette fiche tout ce dont tu as besoin pour pouvoir animer des scouts asthmatiques en toute tranquillité.



Une maladie chronique, c'est quoi ?

Une maladie chronique est présente, en général, toute la vie et évolue avec des hauts et des bas. Elle nécessite le plus souvent un traitement à prendre tous les jours.

L'important, c'est de pouvoir prévenir les cas d'urgence (par exemple, une crise d'asthme) ainsi que l'aggravation de la maladie. Pour t'aider dans cette démarche, réfère-toi à trois outils essentiels (pour plus de détails, consulte le cahier *Tamalou*) :

- la **fiche santé** qui répertorie les problèmes de santé de ton scout ;
- le **cahier de soins** qui reprend l'ensemble des soins donnés à un scout durant un week-end ou un camp ;
- la **feuille de distribution des médicaments**.



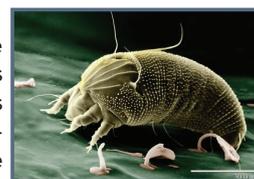
Les causes

Les facteurs qui peuvent déclencher une crise ou qui risquent d'aggraver l'asthme au jour le jour sont les suivants :

- les allergies (aux acariens, aux pollens de graminées et de bouleau, aux moisissures, aux animaux...);
- l'effort physique ;
- l'air sec et froid ;
- la fumée/les odeurs fortes ;
- les infections ;
- la pollution de l'air ;
- certains médicaments ;
- le stress ou les rires intenses.

Sois donc vigilant à ne pas exposer inutilement ton scout asthmatique à ces facteurs.

Un des plus fréquents est l'allergie aux acariens, ces microscopiques bêtes que l'on retrouve dans les poussières de maison. Tu choisiras donc avec ton scout une place adéquate dans le dortoir lors d'un week-end ou d'un camp.



Sois également attentif au mélange chaleur-humidité, les acariens adorent ! Il y en aura donc une belle collection dans ces endroits !

Nous ne sommes pas tous égaux face à la maladie ! Tes autres scouts qui ne sont pas asthmatiques ne craignent donc rien face à ces facteurs.

Comme toute maladie chronique, l'asthme peut présenter des hauts et des bas : au cours d'une même journée (majoration la nuit), mais aussi au fil des mois (majoration vers les mois de mai, octobre et décembre).



Et l'asthme alors ?

L'asthme reprend deux phénomènes :

1. La **réduction de l'ouverture des voies respiratoires** (trachée, bronches...), ce qui empêche l'air de passer facilement. C'est ce qui se passe brutalement lors d'une crise d'asthme.
2. De l'**inflammation dans les voies respiratoires**. Il s'agit d'une réaction de défense de notre corps contre une agression quelconque.

Les symptômes (c'est-à-dire les signes ou plaintes) de l'asthme sont de la toux, des difficultés respiratoires et/ou un sifflement respiratoire.



L'asthme

Le traitement chronique

Le traitement chronique doit être donné tous les jours, et pas seulement lors d'une crise. Dans l'asthme, il comporte trois volets :

- 1. La prévention** : réduction des facteurs déclenchant (voir les causes énumérées sur la page précédente).
- Les **médicaments pour favoriser l'ouverture des voies respiratoires et les médicaments pour lutter contre l'inflammation** (sous forme de puffs le plus souvent, parfois en comprimés). Ces médicaments ont un effet prolongé (par exemple 12h, raison pour laquelle on doit le donner 2x/jour).
NB : il existe différents moyens d'administrer ces médicaments. Tu entendas peut-être parler de babyhaler, turbohaler, diskus... Demande aux parents de ton scout de t'expliquer clairement le mécanisme.
- L'important est de **donner régulièrement les médicaments**, quand il le faut. Pour t'aider, réfère-toi à la feuille de distribution des médicaments !

La crise d'asthme

La crise d'asthme se manifeste par une aggravation brutale des symptômes avec principalement une grande difficulté respiratoire. Le traitement est le suivant :

- 1. Dégager le nez et la bouche**, retirer une écharpe/ un foulard qui pourrait lui serrer le cou...
- Demander à ton scout d'utiliser son **traitement de secours** (puff). Il permet d'ouvrir les voies respiratoires, mais cette fois avec un effet très rapide. Pour ne pas perdre de temps lors d'une crise, choisis avec lui, à l'avance, un petit endroit, facile d'accès pour ranger son puff (par exemple, dans une petite poche de son sac à dos lors d'une activité ou à côté de son oreiller pour la nuit). Pense à le remettre à sa place tout de suite après son utilisation.
- S'il ne respire pas mieux après quelques minutes, **appelle les secours**, en formant le 112 par exemple.

Pour compléter ton information, tu peux aussi consulter la rubrique **Allergie** dans **Mômes en santé**.



Enfin, prévois en début d'année une courte séance d'informations avec ta section afin de leur expliquer de quoi il s'agit. Ainsi tout le monde pourra prêter attention à ton scout et se tenir prêt à l'aider si nécessaire.



Bonne utilisation d'un puff

1. Enlève le capuchon du puff.
2. Secoue le puff de bas en haut.
3. Présente le puff devant la bouche du scout, tel que décrit sur le schéma ci-dessous.
4. Demande au scout de souffler tout l'air qu'il peut, pour vider ses poumons.
5. Presse la partie métallique vers le bas pour libérer une dose, tout en demandant au scout de bien inspirer par la bouche (ne pas respirer par le nez).
6. Demande-lui ensuite de bloquer sa respiration 10 secondes pour permettre au médicament d'aller le plus loin possible.



Le suivi

Malgré un bon suivi, l'asthme peut parfois s'aggraver et devenir de plus en plus sévère. Pour le savoir, il suffit de noter :

- si les symptômes apparaissent aussi bien la nuit que la journée ;
- si la participation de ton scout aux activités diminue ;
- s'il a davantage besoin de son traitement de secours.

À la fin des activités, présente le carnet de soins aux parents de ton scout afin de faire le point sur les différents événements qui se sont produits. Cela permettra aux parents d'anticiper une éventuelle aggravation de la maladie. Ils pourront alors revoir le médecin concerné pour rééquilibrer le traitement.

