



**MALADIE CHRONIQUE** L'asthme est une maladie fréquente chez les bambins. Il est souvent lié à des allergies. Un traitement suivi permet d'avoir une bonne qualité de vie.

# L'asthme chez les enfants

LYSIANE FELLAY

L'asthme est la première des maladies chroniques de l'enfant. Il touche un bambin sur dix et un adulte sur quatorze en Suisse. La maladie est en constante augmentation dans le monde entier. Cela s'explique notamment par une pollution de l'air plus importante, la multiplication des logements moins ventilés, l'excès d'hygiène ou encore un mode de vie moins tourné vers la nature. Il existe bien sûr une prédisposition génétique chez certaines personnes.

« **Bien soigné, l'asthme n'altère pas la qualité de vie de l'enfant.** »



**RACHEL PARMENTIER**  
INFIRMIÈRE  
RESPONSABLE  
DE LA LIGUE  
PULMONAIRE  
VALAISANNE

Concrètement, l'asthme est une maladie inflammatoire des bronches. Les voies respiratoires sont rétrécies momentanément, rendant l'expiration très difficile. La respiration devient sifflante. Le système bronchique de l'asthmatique est hypersensible. Différents facteurs peuvent le faire réagir comme la fumée de tabac, les gaz d'échappement, mais aussi des allergies aux pollens, aux acariens, aux animaux ou encore aux moisissures, etc.

## Episodes infectieux

« Petits, les enfants font souvent des maladies respiratoires qui ressemblent à de l'asthme. Elles sont déclenchées habituellement par une infection. Avant de pouvoir diagnostiquer un asthme, l'enfant va répéter ces épisodes infectieux plusieurs fois », explique le Professeur René

### COMMENT GÉRER AU MIEUX L'ASTHME DE SON ENFANT?



- 1** Eviter les agents déclencheurs de l'asthme connus.
- 2** Lui donner les médicaments prescrits.
- 3** L'enfant doit toujours avoir ses médicaments avec lui en cas de besoin ou d'urgence.
- 4** Veiller à ce que l'enfant inhale correctement son médicament.
- 5** Traiter sans tarder l'apparition de symptômes asthmatiques pour éviter une crise.

## L'ÉCOLE DE L'ASTHME OU COMMENT APPRIVOISER LA MALADIE DE SON ENFANT

« Les parents d'enfants asthmatiques doivent apprendre à reconnaître les signes, à observer l'évolution et à dispenser le traitement adéquat au bon moment. Des mesures qui peuvent leur éviter les consultations en urgence ou une hospitalisation pour une crise d'asthme plus ou moins sévère », souligne Rachel Parmentier, infirmière responsable de la Ligue pulmonaire valaisanne. Informer les parents et les enfants concernés (de 4 à 16 ans), c'est la mission que s'est donnée l'école de l'asthme, mise sur pied il y a quelques années par la ligue. La formation de deux fois deux heures est dispensée au printemps et à l'automne à Sion et à Aigle. Les

enfants reçoivent l'information de manière ludique par une infirmière en pédiatrie. En même temps, les parents vont être informés par un médecin et une infirmière spécialisée. « La discussion est ouverte. Nous nous adaptons aux besoins des participants et à leur problématique. Nous leur apprenons à apprivoiser et à gérer au mieux la maladie de leur enfant », souligne-t-elle. La famille pourra trouver des pistes pour vivre au mieux avec l'asthme. « Nous travaillons également sur la bonne manière d'inhaler le médicament pour soigner l'asthme. Six personnes sur dix ne l'inhalent pas correctement et diminuent ainsi l'efficacité du traitement. »

Tabin, médecin-chef au service de pédiatrie de l'Hôpital du Valais. Ce n'est en général que plus tard, vers l'âge de 5 ans environ, que l'asthme allergique peut se développer chez certains enfants. Le diagnostic n'est pas toujours évident à poser chez un petit. Nous l'avons dit, de nombreux facteurs peuvent déclencher un asthme allergique.

En cas de suspicion, le pédiatre va faire avec les parents une anamnèse allergique, une sorte « d'état des lieux » minutieux de l'environnement de l'enfant, afin de trouver les causes de l'allergie. « Nous regardons s'il y a un déclenchement par des aliments, par l'exposition à la fumée de tabac, à des animaux, à des plantes ou à de l'humidité (p. ex.

moisissures liées à l'usage d'humidificateurs). Nous faisons l'inventaire des éléments qui se trouvent à l'intérieur du domicile, mais aussi à l'extérieur », souligne le Prof. Tabin. L'allergie peut être confirmée par des tests cutanés ou sanguins. Une fois l'enquête résolue, il va falloir déterminer les mesures de prévention adaptées. « Pour une al-

lergie aux acariens, il faudra mettre une housse de matelas antiacarien. Pour une allergie aux animaux, il faudra dans la mesure du possible éviter un contact avec les animaux en cause », continue le Prof. Tabin. Enfin, le pédiatre déterminera le traitement adapté à la problématique de l'enfant. Il donnera la marche à suivre aux parents pour soigner leur enfant. Le plus souvent, le traitement est une combinaison entre un anti-inflammatoire corticostéroïdien – qui soigne l'inflammation – et un bronchodilatateur – qui calme la crise. Une prise régulière et adéquate du traitement est primordiale. Elle permet d'éviter des crises graves nécessitant des doses beaucoup plus fortes de médicaments comme la cortisone. Une désensibilisation aux allergènes en cause peut aussi être proposée. « Soigné correctement, l'asthmatique aura la même qualité de vie qu'un autre en-

## BOUGER

### C'est bon pour l'asthmatique

L'activité physique est recommandée pour les personnes asthmatiques. Elle est bénéfique pour leur santé. Le sport va notamment permettre d'améliorer la capacité pulmonaire ou encore de stabiliser la situation asthmatique. Il vaut mieux pratiquer son sport de manière progressive. Dans les activités recommandées, on trouve des sports d'équipe comme le hockey, mais aussi la randonnée, le karaté ou encore le cyclisme. La Ligue pulmonaire valaisanne propose des cours de natation deux fois par an à Monthey et à Sion aux enfants asthmatiques. L'objectif du cours est d'améliorer la force et l'endurance ainsi que de découvrir le plaisir de faire du sport. Quelle que soit l'activité, les asthmatiques doivent veiller à prendre correctement leur traitement et connaître leurs limites. Mieux vaut informer le professeur ou l'entraîneur de l'état de santé de l'enfant. Il saura ainsi quoi faire en cas d'urgence. L'enfant doit avoir ses médicaments avec lui en cas de besoin ou d'urgence. ○

fant. Il aura d'ailleurs une capacité pulmonaire similaire. Aussi, il aura moins de risques de complications à l'âge adulte », termine Rachel Parmentier, infirmière responsable de la Ligue pulmonaire valaisanne. ○

## POUR ALLER + LOIN



Vous souhaitez avoir plus d'infos?

La Ligue pulmonaire valaisanne:  
[www.liguepulmonaire.ch/fr/ligue-pulmonaire-valaisanne/page-daccueil.html](http://www.liguepulmonaire.ch/fr/ligue-pulmonaire-valaisanne/page-daccueil.html)  
Ou encore plus d'infos sous:  
[www.liguepulmonaire.ch](http://www.liguepulmonaire.ch)

## SEMAINE EUROPÉENNE DE LA VACCINATION Se protéger contre la rougeole

La rougeole est une maladie infectieuse très contagieuse. Elle peut notamment entraîner de graves complications chez les nourrissons et les adultes. A l'occasion de la semaine européenne de la vaccination, l'Office fédéral de la santé publique (OFSP) et les médecins recommandent aux parents qui ne sont pas protégés contre la rougeole de se faire vacciner pour se protéger et protéger leur enfant. Il faut savoir que les bébés ne sont pas vaccinés contre cette maladie avant l'âge de 12 mois. Pour les nourrissons, le risque de complication et d'hospitalisation est élevé. S'ils se remettent

généralement totalement de la maladie, elle peut s'avérer mortelle dans certains cas. Chez la femme enceinte, la rougeole peut provoquer une pneumonie, une fausse couche ou encore un accouchement prématuré. De même, l'OFSP et les médecins recommandent aux parents de se faire vacciner contre la coqueluche. La maladie provoque des quintes de toux chez l'enfant qui va gêner sa respiration ou générer des arrêts respiratoires potentiellement dangereux. La coqueluche s'avère mortelle dans de très rares cas. ○ LF  
Plus d'infos sous: [www.sevacciner.ch](http://www.sevacciner.ch) ou [www.mesvaccins.ch](http://www.mesvaccins.ch)

## APPLICATION POUR SMARTPHONE Mon enfant est malade

Bébé à 40 °C de fièvre, impossible de faire retomber sa température. Il se sent mal, a des boutons sur son corps, etc. Tous les parents ont été, un jour ou l'autre, confrontés à ces situations. Les Hôpitaux universitaires genevois ont créé une application mobile pour les smartphones afin d'informer les parents sur les signes

d'alertes et les bons réflexes à adopter. L'application s'appelle « Mon enfant est malade ». Elle est une première approche. Bien sûr, elle ne remplace pas le diagnostic d'un pédiatre si besoin. En cas d'urgences vitales, il faut appeler le 144. Sinon, il faut contacter son pédiatre, ou en dehors des heures le 027 603 41 41. ○ LF

