

L'asthme chez les enfants

Introduction

L'asthme est une maladie chronique des voies respiratoires. Il rend les voies respiratoires enflammées et gonflées.

Si votre enfant a de l'asthme, ses voies respiratoires sont plus sensibles que la normale et certaines substances ou facteurs déclenchants peuvent causer une irritation. Les facteurs qui déclenchent l'asthme peuvent être les acariens, les poils d'animaux, le pollen, la fumée de tabac, l'air froid et les infections pulmonaires.

Les symptômes de l'asthme diffèrent d'un enfant à un autre, allant de léger à grave. Une crise d'asthme peut mettre la vie en danger et nécessiter un traitement médical d'urgence.

Au Royaume-Uni, plus d'un million d'enfants ont de l'asthme. Chez les enfants, l'asthme est plus courant chez les garçons que chez les filles. Environ trois quarts des enfants perdront leurs symptômes à l'adolescence, mais ils peuvent revenir à l'âge adulte.

Il n'existe pas de remède contre l'asthme, mais divers traitements permettent de bien s'en accommoder.

Symptômes

Si votre enfant a de l'asthme, il peut se sentir essoufflé et se plaindre que sa poitrine est serrée. Il peut émettre un sifflement en respirant et beaucoup tousser, notamment la nuit.

La gravité et la durée des symptômes de l'asthme sont souvent variables et imprévisibles. Ils sont parfois pires durant la nuit et pendant l'exercice.

Si votre enfant a une crise d'asthme grave, il peut avoir des difficultés à respirer et son rythme cardiaque peut s'accélérer. En outre, ses lèvres et ses ongles peuvent bleuir, sa peau peut se resserrer sur sa poitrine et son cou, et ses narines peuvent s'élargir quand il essaie de respirer.

Si votre enfant souffre d'une crise d'asthme grave, vous devez immédiatement chercher une aide médicale.

Causes

Bien que l'asthme n'ait pas de cause unique, il dépend de plusieurs facteurs : une prédisposition génétique (un des composants de ses gènes qui le rendrait plus susceptible d'avoir de l'asthme), l'alimentation et l'environnement.

Les facteurs de risques connus pour l'asthme chez les enfants comprennent les antécédents familiaux, d'autres allergies, avoir été exposé au tabac, notamment si la mère fumait durant sa grossesse.

Les symptômes de l'asthme peuvent être provoqués par des allergènes (élément causant des réactions allergiques) tels que le pollen, les acariens, la fumée de cigarette, les vapeurs chimiques et certains types de médicaments tels que l'aspirine et les bêtabloquants.

L'asthme peut également être déclenché par une infection, le stress, certains aliments et certaines conditions météorologiques telles que l'air froid. Une partie du traitement de l'asthme de votre enfant consiste à reconnaître les facteurs déclenchants et à essayer de les éviter.

Diagnostic

Généralement, votre médecin pourra diagnostiquer l'asthme en vous posant des questions sur les symptômes de votre enfant, en examinant sa poitrine et en écoutant sa respiration.

Il est fréquent de confirmer un diagnostic d'asthme par plusieurs tests, le plus connu étant le débit expiratoire de pointe (DEP).

Le test du DEP utilise un petit appareil appelé débitmètre de pointe, qui mesure la quantité d'air que votre enfant est capable d'expirer de ses poumons. Après avoir effectué une lecture, le médecin lui prescrira un médicament efficace pour traiter l'asthme à court terme.

Après ce traitement à court terme, une deuxième lecture de DEP sera effectuée. Si cette lecture est bien supérieure après la prise de médicaments anti-asthme, ce diagnostic sera généralement confirmé.

Le test du DEP ne peut être utilisé que pour les enfants de plus de cinq ans.

Les enfants plus jeunes pourront être invités à inhaler (respirer) un médicament contre l'asthme. S'il réduit les symptômes, l'enfant a probablement de l'asthme.

Traitement

Si les symptômes d'asthme de votre enfant sont rares et légers, il recevra un inhalateur contenant un médicament appelé stimulant des récepteurs B2 adrénergiques à action courte, qu'il doit utiliser pour diminuer ses symptômes.

Si les symptômes de votre enfant sont plus fréquents, il recevra un deuxième inhalateur contenant un médicament appelé corticostéroïde inhalé. En principe, il lui sera recommandé de prendre deux doses quotidiennes de corticostéroïde inhalé afin d'éviter l'apparition des symptômes.

Si ses symptômes d'asthme persistent, votre médecin lui prescrira des médicaments supplémentaires tels que le stimulant des récepteurs B2 adrénergiques à action longue ou un antagoniste des récepteurs des leucotriènes. Il devrait empêcher l'apparition de ses symptômes.

Si son asthme persiste malgré tout, votre médecin lui prescrira des cachets de stéroïdes. L'utilisation à long terme de stéroïdes oraux peut avoir des effets secondaires graves, c'est pourquoi ils ne sont utilisés que lorsque tous les autres traitements ont été essayés.

Les crises d'asthme peuvent être traitées avec des doses croissantes de stimulants des récepteurs B2 adrénergiques. Les crises graves peuvent nécessiter une hospitalisation : l'oxygène, les stimulants des récepteurs B2 adrénergiques et les stéroïdes oraux sont alors utilisés en combinaison pour maîtriser l'asthme.

Prévention

Si vous êtes fumeur, ne fumez pas près de vos enfants. En fumant près de vos enfants, vous aggraverez la gravité et la fréquence de leur asthme. De plus, les enfants qui grandissent en étant exposés à la fumée de cigarette ont un risque accru d'avoir de l'asthme.

Les enfants ayant un asthme grave doivent être vaccinés contre la grippe et le pneumocoque, bactérie à l'origine de la pneumonie, de la méningite et des infections du sang. Ces maladies pourraient aggraver les symptômes d'asthme de votre enfant.

Dans la mesure du possible, identifiez les facteurs déclenchants de l'asthme de votre enfant en prenant note des aggravations de ses symptômes ou en utilisant le débitmètre de pointe lors des expositions à certaines situations.

Évitez que votre enfant ne prenne trop de poids afin de mieux contrôler son asthme. Une alimentation saine et équilibrée ainsi que de l'exercice pratiqué régulièrement sont essentiels pour conserver un poids raisonnable.

Une alimentation pauvre en graisses et riche en fibres est recommandée, avec beaucoup de fruits et légumes frais (au moins cinq portions par jour) et de la farine complète.

Il est recommandé que les enfants pratiquent une activité physique au moins 60 minutes par jour.

Service de traduction confidentiel

NHS Direct peut faire appel à des interprètes confidentiels, dans de nombreuses langues, quelques minutes après le début de votre appel.

Suivez notre guide simple en 3 étapes :

Étape 1 - Composez le numéro de NHS Direct – 0845 4647.

Étape 2 – Quand une personne répond, dites en anglais la langue que vous voulez utiliser. Attendez d'être mis en relation avec un interprète qui aidera NHS Direct à vous donner les informations et conseils médicaux dont vous avez besoin.

Étape 3 – Si vous préférez, vous pouvez demander à un ami ou à un parent d'appeler de votre part. Attendez qu'un interprète soit en ligne avant d'expliquer la raison de votre appel.