

# Plan d'action en cas d'aggravation de votre asthme

## Comment je me sens ?

## Qu'est-ce que je dois faire ?

### NIVEAU 1: Mon asthme est bien contrôlé

- Respiration normale
- Peu ou pas de toux ni de sifflement
- Je dors bien
- Je peux faire toutes mes activités habituelles
- Prise du traitement de secours < 3 fois/semaine



### Conduite à tenir :

- Je continue à prendre mon traitement habituel soit :
- Avant le sport, je peux prendre 2 bouffées d'AIROMIR.

### NIVEAU 2: J'ai des symptômes qui peuvent annoncer une crise

- Toux occasionnelle
- Nez qui coule
- Éternuements
- Picotement dans la gorge



### Conduite à tenir :

- Je continue à prendre mon traitement habituel soit :
- Je prends mon traitement de secours : AIROMIR 2 bouffées 3 fois par jour pendant 3 jours

### NIVEAU 3: Mes symptômes d'asthme s'aggravent

- Essoufflement
- Réveils la nuit à cause de l'asthme
- Respiration sifflante ou toux plus de trois jours de suite
- Je ne peux pas faire certaines de mes activités habituelles
- J'utilise mon traitement de secours plus de 3-4 fois par jour pendant 3 jours de suite



### Conduite à tenir :

- Je double ma dose de traitement habituel pendant 15 jours, soit :
- ET je prends mon traitement de secours AIROMIR 2 bouffées 3 fois par jour pendant 4 jours puis 2 bouffées 2 fois/jour pendant 3 jours.
- Si absence d'amélioration à 2 jours, je contacte mon médecin traitant

### NIVEAU 4 : Je fais une crise d'asthme grave

- Je suis très gêné pour respirer
- J'angoisse, j'ai peur de mourir
- J'ai des difficultés à marcher et/ou parler
- Ma respiration est souvent sifflante quand je suis au repos
- Mes lèvres et/ou bouts des doigts sont bleuâtres
- Mon médicament de secours de soulage pas mes symptômes



- **Débuter immédiatement :** AIROMIR 10 bouffées toutes les 20 minutes pendant 1 heure

### **Si pas d'amélioration au bout d'une heure :**

- Prednisone 20 mg, 2 comprimés
- **Appeler le SAMU (15) ou consulter immédiatement aux urgences**

SI AGGRAVATION

SI AGGRAVATION



Hôpital européen Georges-Pompidou