

SOMMAIRE

GÉNÉRALITÉS

1. Qu'est-ce que l'asthme ? 11
2. Est-ce une maladie fréquente ? 12
3. Les hommes et les femmes sont-ils égaux devant cette maladie ? . . . 13
4. L'asthme est-il une maladie grave ? 14
5. L'asthme est-il héréditaire ? 15

LES CAUSES DE L'ASTHME

6. L'asthme est-il lié au tabac ? 19
7. Mon asthme est-il lié à mes allergies ? 20
8. L'asthme est-il dû à mon stress ou à une cause psychologique ? . . . 21
9. Puis-je être asthmatique alors que je n'ai pas d'allergie ? 22
10. Les infections peuvent-elles aggraver
ou déclencher mon asthme ? 23
11. La pollution peut-elle aggraver mon asthme ? 24
12. Certains médicaments peuvent-ils aggraver mon asthme ? 25
13. Une grossesse peut-elle aggraver mon asthme ? 26
14. La ménopause peut-elle déclencher un asthme ? 27
15. Mon alimentation est-elle responsable de mon asthme ? 28

LES SYMPTÔMES DE L'ASTHME

16. Quels sont les symptômes de l'asthme ? 31
17. Qu'est-ce qu'une crise d'asthme ? Quand est-elle grave ? 32
18. Si je fais une crise, quand dois-je appeler mon médecin ?
Quand dois-je appeler le 15 ? 33
19. Pourquoi parle-t-on de « contrôle » de l'asthme ? 34
20. La toux est-elle liée à mon asthme ? 35
21. Qu'est-ce qui déclenche mes crises ? 36
22. Les « remontées acides » ont-elles un rapport avec mon asthme ? . . . 37
23. J'ai le rhume des foins, vais-je avoir de l'asthme ? 38
24. Mon enfant a de l'eczéma, sera-t-il asthmatique plus tard ? 39
25. J'étouffe la nuit, est-ce en rapport avec mon asthme
ou une autre maladie ? 40
26. Mon nez est bouché, je perds l'odorat.
Quel rapport avec mon asthme ? 41
27. Qu'est-ce que l'asthme d'effort ? 42
28. Mon asthme peut-il être associé à une maladie plus grave ? 43

ÉVOLUTION DE L'ASTHME

29.	À quel âge commence l'asthme ?	47
30.	Puis-je guérir de mon asthme ?	48
31.	Puis-je mourir à cause de mon asthme ?	49
32.	Est-ce que je risque d'avoir besoin de mettre de l'oxygène un jour ?	50
33.	Comment l'asthme varie-t-il au cours de la vie ?	51
34.	Quelles séquelles puis-je conserver d'un asthme de l'enfance ?	52
35.	Qu'est-ce que l'insuffisance respiratoire ?	53
36.	Quelle est la différence entre asthme et emphysème ?	54
37.	Mon enfant a fait plusieurs bronchiolites hivernales, mon médecin me dit qu'il est asthmatique. Est-ce vrai ?	55

ASTHME ET ENVIRONNEMENT

38.	Puis-je faire du sport ? Puis-je faire tous les sports ou certains sont-ils conseillés ou contre-indiqués ?	59
39.	Quelles sont les précautions importantes à respecter avant de démarrer un sport ?	60
40.	Mon traitement fait-il partie des produits dopants ?	61
41.	Puis-je prendre l'avion ?	62
42.	Puis-je faire de la plongée ?	63
43.	Puis-je faire du sport en compétition ?	64
44.	Puis-je avoir des animaux ?	65
45.	Puis-je aller en altitude ?	66
46.	Mon surpoids aggrave-t-il mon asthme ?	67
47.	Des maladies du nez ou des sinus (rhinites, sinusites) peuvent-elles aggraver mon asthme ?	68
48.	Comment lutter contre les acariens ?	69
49.	Comment lutter contre les pollens ?	70
50.	Quel climat convient aux asthmatiques ?	71
51.	Le tabagisme passif à la maison ou au travail est-il dangereux pour les asthmatiques ?	72
52.	Mon enfant est asthmatique, je ne fume qu'à l'extérieur de la maison. Cela le protège-t-il ?	73
53.	La climatisation est-elle néfaste pour les asthmatiques ?	74
54.	Qu'est-ce que l'asthme professionnel ?	75
55.	Est-il utile d'humidifier mon domicile ?	76
56.	Mon asthme s'est aggravé depuis que j'ai déménagé, que dois-je rechercher ?	77
57.	Je tousse à chaque printemps ; est-ce de l'asthme ?	78

EXAMENS COMPLÉMENTAIRES

58.	À quoi sert un débitmètre de pointe (peak-flow) ?	81
59.	À quoi sert une spirométrie ou une exploration fonctionnelle respiratoire ?	82
60.	Si les examens du souffle ne sont pas normaux, dois-je arrêter le sport ?	83
61.	Qu'est-ce qu'un bilan allergologique ?	84
62.	Est-il nécessaire de passer une radiographie pulmonaire, un scanner du thorax ou des sinus ?	85
63.	Mon médecin m'a prescrit une prise de sang pour phadiatop/trophatop ; à quoi cela sert-il ?	86

TRAITEMENTS

64.	À quoi sert un traitement de fond ?	89
65.	Tous les asthmatiques ont-ils besoin d'un traitement de fond ?	90
66.	À quoi servent les bronchodilatateurs ?	91
67.	À quoi servent les corticoïdes inhalés ?	92
68.	Qu'est-ce qu'un traitement de secours ?	93
69.	Mon traitement sera-t-il toujours le même ?	94
70.	Je ne « sens rien » quand je prends mon traitement, est-ce normal ?	95
71.	Quelle différence y a-t-il entre les sprays et les poudres ?	96
72.	À quoi sert une chambre d'inhalation ?	97
73.	À quoi servent les séances d'aérosols ou nébulisations ?	98
74.	Puis-je arrêter mon traitement brutalement si je vais bien ou ne le prendre que lorsque je me sens moins bien ?	99
75.	Je n'ai aucun symptôme, pourtant mon médecin insiste pour que je poursuive le traitement. Pourquoi ?	100
76.	Je n'ai aucun symptôme d'asthme pourtant mon examen du souffle n'est pas normal. Pourquoi ?	101
77.	Les corticoïdes en comprimés sont-ils mauvais pour la santé ?	102
78.	Si je suis enceinte, dois-je arrêter mon traitement ?	103
79.	Si j'allaité, dois-je arrêter mon traitement ?	104
80.	Si je suis asthmatique, dois-je accoucher par césarienne ?	105
81.	Je suis asthmatique, comment faire pour que mes enfants ne le soient pas ?	106
82.	J'ai un asthme sévère, mon médecin me propose un traitement par injections ; dois-je accepter ?	107
83.	Qu'est-ce qu'un essai thérapeutique ?	108
84.	Que dois-je faire en cas de crise ?	109
85.	Quels sont les effets secondaires des médicaments inhalés ?	110
86.	Les vaccins sont-ils contre-indiqués ou recommandés ?	111

87.	Qu'est-ce que l'éducation thérapeutique ?	112
88.	Une cure thermale peut-elle améliorer mon asthme ?	113
89.	Qu'est-ce que la désensibilisation ?	114
90.	Qu'est-ce qu'un plan d'action ?	115
91.	Existe-t-il des médicaments contre-indiqués chez les asthmatiques ?	116
92.	À quoi sert le kinésithérapeute ?	117
93.	Mon médecin généraliste peut-il me suivre pour mon asthme ?	118
94.	Quand dois-je voir mon médecin généraliste ?	119
95.	Quand dois-je voir un pneumologue ?	120
96.	L'asthme fait-il partie des maladies prises en charge à 100 % ?	121
97.	Que penser de la thermoplastie ?	122
98.	De nouveaux traitements vont-ils être mis sur le marché dans les années à venir ?	123
99.	Que penser de l'homéopathie ?	124
100.	Comment bien vivre avec mon asthme ?	125