

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Berne, le 23 avril 2012

Asthme et sport font bon ménage

Une dyspnée, une toux irritative et une sensation d’oppression dans la poitrine constituent les symptômes habituels de l’asthme. Si l’on connaît son asthme et qu’on sait le contrôler, on n’est pas limité par les activités sportives. A l’occasion de la Journée mondiale de l’asthme, le 1^{er} mai 2012, la Ligue pulmonaire informera sur cette affection très répandue des voies respiratoires.

Les facteurs déclenchants des crises d’asthme sont multiples: poils d’animaux, pollens ou autres allergènes contenus dans l’air, efforts physiques, air froid et sec. En Suisse, près d’un demi-million de personnes ont de l’asthme: un enfant sur dix et un adulte sur quatorze. Pour prévenir les crises d’asthme et éviter les situations d’urgence, il faut que les asthmatiques connaissent bien leur maladie et son traitement.

L’asthme n’est pas curable, mais très souvent maîtrisable

Même si l’asthme n’est pas curable, les moyens de traitement actuels permettent, dans la plupart des cas, de bien maîtriser les symptômes et la maladie. Il est pour cela nécessaire de bien poser le diagnostic, de choisir le traitement approprié et de bien instruire les personnes asthmatiques. Chez près de la moitié d’entre elles, l’asthme est insuffisamment contrôlé, avec pour conséquence qu’elles souffrent de symptômes et sont parfois victimes de crises violentes. Si les enfants et les adultes asthmatiques ont une fonction pulmonaire normale, s’ils ne ressentent pas de symptômes, peuvent pratiquer le sport et s’adonner à toutes les activités qu’ils souhaitent, c’est que leur asthme est bien contrôlé.

Nouvelle bande dessinée didactique sur l’asthme

En mai sortira la nouvelle bande dessinée «De bien mystérieuses traces!», qui s’adresse aux enfants jusqu’à 13 ans. D’une manière ludique, les enfants asthmatiques et leurs proches apprendront tout sur l’asthme, ils pourront résoudre des exercices et appliquer leurs nouvelles connaissances.

La brochure intitulée «Asthme. Respirer plus librement – vivre plein d’entrain» présente, sur 20 pages, les causes, les symptômes et le traitement de l’asthme d’une manière simple et compréhensible.

La Ligue pulmonaire soutient les asthmatiques par le biais d'un enseignement, de conseils et d'informations

Les cours sur l'asthme proposés par la Ligue pulmonaire, sous la direction de spécialistes, expliquent aux enfants et aux adultes asthmatiques comment faire face à leur maladie dans la vie de tous les jours. Par ailleurs, la Ligue pulmonaire propose aux adolescents asthmatiques des cours d'aviron Powerlungs qui ont lieu sur divers lacs et rivières suisses. Du 30 avril au 20 mai 2012 sur le site www.liguepulmonaire.ch, le **médecin en ligne**, le docteur Thomas Rothe, spécialiste FMH de pneumologie à Davos-Clavadel, répondra aux questions médicales concernant l'asthme et d'autres maladies des poumons et des voies respiratoires. Au **numéro gratuit pneumotel 0800 404 800**, des médecins répondent en français, tous les mardis de 17 à 19 heures, aux questions sur les poumons et les voies respiratoires.

La nouvelle bande dessinée didactique «A la recherche de traces» et d'autres brochures et feuilles d'information concernant l'asthme existent en français, allemand et italien et peuvent être commandées gratuitement sur le site www.liguepulmonaire.ch, par e-mail à info@lung.ch ou par téléphone au 031 378 20 50.

Les Ligues pulmonaires cantonales proposent aux personnes asthmatiques divers cours, notamment un enseignement sur l'asthme aux patients, des cours de natation, des cours intitulés «Bouger et respirer», ainsi que des cours de physiothérapie respiratoire. Vous trouverez les détails des cours proposés sur www.liguepulmonaire.ch.

Vivre, c'est respirer

La Ligue pulmonaire est l'organisation de santé suisse pour les poumons et les voies respiratoires. Elle s'engage pour réduire le nombre de personnes souffrant de maladies des voies respiratoires ou qui en meurent même prématurément, et pour éviter un maximum de douleurs aux insuffisants respiratoires et aux malades pulmonaires. 23 ligues cantonales représentent autant de points de contact importants pour les personnes souffrant de handicaps respiratoires et de maladies pulmonaires telles que l'asthme, l'apnée du sommeil, la bronchite chronique et la BPCO, ainsi que la tuberculose. La Ligue pulmonaire s'engage également pour un air de meilleure qualité – à l'intérieur comme à l'extérieur.

Pour toute autre question à ce sujet, veuillez vous adresser à:

Ligue pulmonaire suisse

Mme Ursula Luder, responsable marketing, communication, fundraising

Tél. 031 378 20 50

u.luder@lung.ch

Le matériel iconographique au sujet de l'asthme peut être téléchargé sous www.medias.liguepulmonaire.ch.

Activités régionales dans le cadre de la Journée mondiale de l'asthme du 1^{er} mai 2012

<p>Lungenliga Luzern-Zug Tél. 041 429 31 10 Fax 041 429 31 11 info@lungenliga-lu-zg.ch www.lungenliga-luzern-zug.ch</p>	<p>Distributions aux gares de Zoug et de Lucerne - Set carte Fitness + pomme - Protections de selle de vélo</p>	<p>Mardi 1^{er} mai 2012 Le matin</p>
<p>Lungenligen Aargau, beider Basel, Bern, Luzern-Zug, Solothurn, Zürich Tél. 032 628 68 28 Fax 032 628 68 38 info@lungenliga-so.ch www.lungenliga-so.ch</p>	<p>SportPlausch au «bout du monde», Macolin Pour les enfants asthmatiques de 6 à 12 ans et leurs familles</p>	<p>Samedi 5 mai 2012 de 09h15 à 16h30</p>
<p>Lungenliga beider Basel Tél. 061 269 99 66 Fax 061 269 99 60 info@llbb.ch www.llbb.ch</p>	<p>Soirée d'information sur l'asthme Avec Dr Jörg Leuppi, professeur à l'Hôpital universitaire de Bâle Haus der Gesundheitsligen Mittlere Strasse 35 4056 Bâle</p>	<p>Lundi 7 mai 2012 de 18h15 à 20h00</p>
<p>Lungenliga Graubünden Tél. 081 354 91 00 Fax 081 354 91 09 info@llgr.ch www.llgr.ch</p>	<p>Soirée d'information sur l'asthme - L'asthme d'effort à l'adolescence - Faire du sport malgré son asthme - Asthme et allergies</p>	<p>Mercredi 9 mai 2012 de 18h00 à 21h00</p>
<p>Lungenliga Aargau Tél. 062 832 40 00 Fax 062 832 40 01 info@llag.ch www.lungenliga-ag.ch</p>	<p>Soirée d'information sur l'asthme Asthme, allergies & Co. – causes, relations et traitements, par - Dr Sarosh Irani, Privat-Docent, médecin-chef de pneumologie à l'Hôpital cantonal d'Aarau - Dr Andrea Sabine Leder, spécialiste FMH de pneumologie et médecine interne, clinique Hirslanden, Aarau</p>	<p>Jeudi 31 mai 2012 de 19h00 à 20h30</p>