

27.04.2010 – 09:30 Uhr

Vivre sans dyspnée grâce à un bon contrôle de l'asthme

Berne (ots) -

Lors d'une crise, les personnes asthmatiques sont très rapidement essoufflées; elles éprouvent un sentiment d'oppression thoracique et ont du mal à expirer l'air. Les possibilités de traitement actuelles permettent, dans la plupart des cas, de bien contrôler l'asthme. Pourtant, l'asthme reste mal maîtrisé chez deux tiers des personnes concernées, qui présentent des symptômes. Lors de la Journée mondiale de l'asthme, le 4 mai 2010, la Ligue pulmonaire attirera l'attention du grand public sur l'importance d'un bon contrôle de l'asthme.

En Suisse, 500'000 personnes souffrent d'asthme. Un enfant sur 10 et environ un adulte sur 14 sont concernés. L'asthme est incurable, mais avec un diagnostic correctement posé, un enseignement ciblé et un traitement approprié, la plupart des personnes asthmatiques peuvent bien contrôler leur maladie. Le traitement vise à ce que les asthmatiques ne ressentent quasi aucun symptôme et puissent pratiquer des activités sportives.

Connaître sa maladie - le premier pas vers une gestion réussie de son asthme

Les personnes asthmatiques elles-mêmes jouent un rôle important pour parvenir à un bon contrôle de leur asthme. Pour prévenir les crises et éviter les situations d'urgence, il faut qu'elles connaissent parfaitement leur maladie et son traitement. En règle générale, les personnes asthmatiques ne sentent pas l'inflammation dans leurs bronches. Pourtant, il est important que les personnes asthmatiques poursuivent le traitement prescrit par leur médecin traitant également lorsqu'elles ne présentent pas de symptômes de la maladie. Dans ce cas, respecter un traitement prescrit a deux effets de taille: d'une part, cela empêche les crises d'asthme de se produire et d'autre part, cela prévient les dommages irréparables des voies respiratoires.

Les enfants asthmatiques ont une vie pleine de restrictions

Chez la moitié des enfants concernés, l'asthme n'est pas suffisamment traité. A cause de leur asthme, ils dorment mal, sont limités dans leurs activités physiques ou manquent l'école. Le professeur Johannes Wildhaber, médecin-chef du service de pédiatrie de l'Hôpital cantonal de Fribourg, le confirme: «L'asthme a encore et toujours un impact négatif sur la qualité de vie des enfants qui en sont atteints, alors qu'on a aujourd'hui les moyens de le traiter efficacement». Si leur asthme est bien contrôlé, les enfants et les adolescents peuvent la plupart du temps participer à toutes les activités de leur classe ou de leurs amis. Le sport, lui aussi, devrait également faire partie de leurs activités régulières, car il renforce les capacités physiques et l'estime de soi.

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

Lors de l'enseignement des patients prodigué par la Ligue

pulmonaire, les enfants et les adultes apprennent, sous l'égide de professionnels compétents, à faire face à leur maladie en se responsabilisant. Les enfants à partir de l'âge de 4 ans apprennent ainsi à se comporter de manière appropriée face à leur maladie et à connaître les effets de leurs médicaments. La Ligue pulmonaire propose aux adolescents des cours d'aviron dits Powerlungs, qui ont lieu sur divers lacs et rivières de Suisse. Pour encourager les adolescents à s'intéresser au thème de l'asthme, la Ligue pulmonaire leur offre gratuitement la bande dessinée «Love is in the air». Sur www.loveisintheair.ch, ils peuvent jouer au jeu qui est associé à cette BD. Dans le cadre de conseils personnalisés, les personnes asthmatiques sont soutenues individuellement, par exemple en ce qui concerne des questions de prévention des allergies ou de technique d'inhalation. Le médecin en ligne Dr Thomas Rothe, pneumologue FMH à Davos-Clavadel, répondra du 3 au 14 mai 2010 sur www.liguepulmonaire.ch aux questions médicales des personnes concernées, de leur famille ou d'autres personnes intéressées. Au PneumoTél, au numéro de téléphone 0800/404/800 (appel gratuit), des médecins répondent chaque mercredi de 17 à 19 heures aux questions concernant les poumons et les voies respiratoires.

Diverses brochures sur l'asthme ainsi que la BD «Love is in the air» peuvent être commandées gratuitement en français, en allemand et en italien sur www.liguepulmonaire.ch, par e-mail à info@lung.ch ou par téléphone au numéro 031/378'20'50. Pour accéder au jeu en ligne associé à la BD, il suffit de se rendre sur www.loveisintheair.ch. Les Ligues pulmonaires cantonales proposent divers cours aux personnes asthmatiques, tels qu'enseignements aux patients, cours de natation, cours «respiration et mouvements», cours de physiothérapie respiratoire, etc. Vous trouverez un aperçu complet de l'offre de ces cours 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 des points de contact importants pour les personnes souffrant d'insuffisances respiratoires et de maladies pulmonaires : telles que l'asthme, les apnées 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.

Contact:

Ligue pulmonaire suisse
Ursula Luder
responsable marketing, communication, fundraising
Tél.: +41/31/378'20'50
E-Mail: u.luder@lung.ch