

ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE DU PATIENT

L'asthme a des conséquences sur la vie de votre enfant et son entourage. Elles peuvent être appréhendées par des séances d'éducation thérapeutique (ETP) au sein de l'école du souffle.

L'ETP vous aide à mieux gérer l'asthme et à mieux vivre au quotidien.

Il s'agit d'un accompagnement gratuit et personnalisé sous forme d'ateliers individuels (sur rendez-vous en semaine) ou collectifs (le mercredi matin ou le jeudi après-midi).

N'hésitez pas à contacter l'école du souffle (cf coordonnées dans 'contacts et sites utiles').



CONTACTS ET SITES UTILES

ÉCOLE DU SOUFFLE

06 89 29 42 70

ecole-du-souffle.pellegrin@chu-bordeaux.fr

Les autres écoles du souffle près de chez moi listées sur le site :

www.asthmeetallergies.org

SERVICE PÉDIATRIE DU CENTRE HOSPITALIER D'ARCACHON

05 57 52 91 40

secretariat.pediatrie@ch-arcachon.fr

SITES INTERNET

Vidéos des dispositifs

www.forminhal.formedoc.org

Asthme et allergies

www.asthmeetallergies.org

Edurespi

www.edurespi.com

Ameli-sophia

www.ameli-sophia.fr

Centre Hospitalier d'Arcachon

Avenue Jean Hameau - CS 11001

33164 LA TESTE DE BUCH Cedex

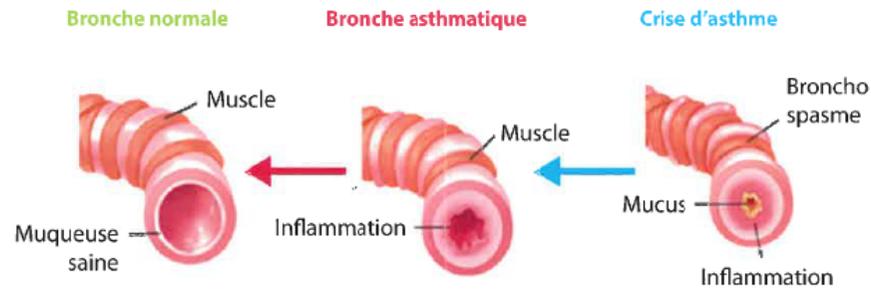
Standard: 05 57 52 90 00

Site web: www.ch-arcachon.fr



MON ENFANT EST ASTHMATIQUE

MON ENFANT EST ASTHMATIQUE



TRAITEMENT DE FOND

- Couleur des flacons : rouge, orange ou marron.
- **Je le prends tous les jours, sans interruption.**
- Je n'arrête mon traitement de fond qu'après avis médical même si je me sens mieux.
- Ce traitement traite **l'inflammation**.

TRAITEMENT DE CRISE

- Couleur des flacons : bleu.
- **Je le prends quand les signes de crise débutent** (sifflement, toux sèche incessante ou nocturne, difficultés respiratoires, oppression thoracique...)
- Ce traitement ouvre les bronches et aide à mieux respirer.
- C'est le traitement de l'urgence.

SUIVI



Dès la sortie de l'hôpital, je prends un rendez-vous de contrôle **dans les 8 jours** avec mon médecin traitant ou pédiatre. Si un suivi plus approfondi est nécessaire, je prends rapidement rendez-vous avec un spécialiste (pneumo-pédiatre/pneumologue/allergologue) de mon choix en ville ou à l'hôpital. Si votre enfant fréquente une collectivité (assistante maternelle, crèche, école, centre de loisirs...), la mise en place d'un PAI est recommandée. Dans ce cas, prenez contact avec votre médecin.

- **En cas de nouvelle crise d'asthme, j'applique le plan d'action que le médecin m'a remis, et que je garde à portée de main.**
- En cas de signes de gravité, je peux appeler le SAMU (15) à tout moment.

HYGIÈNE DU NEZ



Si votre enfant est enrhumé, penser à lui laver le nez régulièrement. Favoriser le mouchage des plus grands.

ENVIRONNEMENT



A l'intérieur :

- Aérer 15 minutes matin et soir.
- Maintenir une température inférieure à 20°.
- Aspirer régulièrement.
- Préférer la literie synthétique.
- Eviter les doubles rideaux/tapis/moquette/peluches.
- Eviter l'usage de l'encens/diffuseur/huiles essentielles.

En cas de pics de pollution, évitez les sorties.

TABAC



Surtout **ne fumez pas à proximité des enfants**, ni à l'intérieur, ni dans la voiture. Pensez à arrêter de fumer.

➔ J'appelle Tabac Info Service au 3989
www.tabac-info-service.fr

ALLERGIES



Certains enfants asthmatiques peuvent avoir des allergies associées. Veuillez adapter les mesures en fonction des allergènes. N'hésitez pas à en discuter avec le médecin responsable du suivi.