

# J'ai de l'asthme : je comprends ma maladie

**Le site du Docteur PHILIPPE Trocmé**

Adresse du site : [www.docvadis.fr/philippe-trocme](http://www.docvadis.fr/philippe-trocme)



Validé par

le Comité Scientifique Pneumologie

**L'asthme est une maladie inflammatoire chronique des voies respiratoires, qui survient à tout âge et qui peut toucher tout le monde.**

## **A quoi est dû mon asthme ?**

L'asthme est une maladie due à une inflammation chronique des voies respiratoires, qui provoque une hypersensibilité et peut boucher les bronches, rendant la respiration difficile.

## **Par quels signes peut se manifester mon asthme ?**

L'asthme provoque :

- Des sifflements respiratoires.
- Une oppression thoracique.
- Un essoufflement.
- Une toux, en particulier la nuit, au petit matin ou à l'effort.

Ces signes sont plus ou moins intenses et plus ou moins fréquents d'une personne à l'autre et d'une période à l'autre. Ils peuvent se manifester par crise ou être persistants dans le temps. Ils cessent soit spontanément, soit sous l'action d'un traitement spécifique.

## **Qu'est-ce qui peut déclencher mon asthme ?**

- Les allergies : pollens, certains aliments, acariens, blattes, animaux domestiques, moisissures...
- Le tabac.
- Les infections : bronchite, grippe, infections ORL...
- Le climat : le froid, le brouillard...
- Les irritants : aérosols, solvants, peintures, pollution atmosphérique, irritants du milieu professionnel...
- Les émotions, le stress.
- Certains médicaments (aspirine, anti-inflammatoires non stéroïdiens, bêta-bloquants...).

## Comment va évoluer mon asthme ?

On ne parle pas de guérison, mais on peut facilement contrôler l'asthme et vivre normalement.

### A savoir

En France, l'asthme concerne de 3 à 5 millions de personnes, dont un tiers d'enfants. L'asthme est la maladie chronique la plus courante chez les enfants et les jeunes adolescents. 5 % des adultes souffrent d'asthme, 10 % environ des enfants à l'école primaire sont touchés et 15 % des jeunes de 13-14 ans. Les garçons sont deux fois plus atteints que les filles.