

Fiche suivi - asthme

Vous présentez un asthme, qui est une maladie chronique des bronches.

- Évitez autant que possible l'exposition au tabac.
- Pratiquez une activité physique régulière.
- Soyez vigilant.e quant à l'aération de votre domicile.
- Limitez vos sorties les jours de forte pollution atmosphérique. Chaque année,
- faites-vous vacciner contre la grippe.

Pour obtenir des conseils d'entretien de l'air à votre domicile et pour connaître le niveau de pollution atmosphérique, scannez les QR codes correspondants.

Concernant votre traitement

- Assurez-vous, avec votre médecin, que vous comprenez ce qu'il convient de faire en cas de crise.
- Assurez-vous, avec votre médecin, que vous savez comment correctement utiliser vos inhalateurs.
- Assurez-vous, avec votre médecin, que vous comprenez bien la différence entre **traitement de fond** et **traitement de la crise**.
- Notez bien que **votre traitement de fond doit être pris quotidiennement**. Il ne faut en aucun cas l'interrompre sans avis médical.
- Votre traitement de crise est à utiliser uniquement en cas de symptômes liés à votre asthme (essoufflement, toux, sifflements respiratoires).

Une bonne compréhension du mode d'utilisation de votre inhalateur est indispensable à l'efficacité de votre traitement.

Concernant votre inhalateur VENTOLINE :

- retirez le capuchon de l'embout buccal,
- vérifiez l'absence de corps étrangers à l'intérieur de l'inhalateur notamment au niveau de l'embout buccal, agitez bien l'inhalateur,
- expirez profondément en dehors de l'inhalateur,
- présentez l'embout buccal entre les lèvres, le fond de la cartouche métallique dirigé vers le haut,
- commencez à inspirer en pressant sur la cartouche métallique tout en continuant à inspirer lentement et profondément,
- retirez l'embout buccal et retenez votre respiration pendant au moins 10 secondes, repositionnez le capuchon sur l'embout buccal et appuyez fermement pour le remettre en position, veuillez ramener l'inhalateur à la pharmacie une fois vide.