

NORMES DE QUALITÉ

Asthme

Un guide pour les enfants
et les adolescents
atteints d'asthme
et leurs familles

MISE À JOUR 2025

Santé Ontario s'engage à améliorer la qualité des soins de santé dans la province en partenariat avec les patients, les cliniciens et d'autres organismes.

Pour ce faire, Santé Ontario élabore des normes de qualité. Il s'agit de documents qui décrivent ce à quoi ressemblent des soins de haute qualité pour des états ou des processus pour lesquels il existe des différences importantes dans la prestation des soins, ou sur les écarts entre les soins offerts en Ontario et ceux que les patients devraient recevoir. Ces normes de qualité établissent des étapes importantes pour améliorer les soins. Elles sont fondées sur les données probantes actuelles et les commentaires d'un comité d'experts composé de patients, de partenaires de soins, de cliniciens et de chercheurs.

Ce guide du patient accompagne la norme de qualité sur l'[asthme chez les enfants et les adolescents](#). Il présente les 6 principaux domaines dans lesquels cliniciens peuvent prendre des mesures pour améliorer les soins aux enfants et aux adolescents atteints d'asthme. Le guide du patient comprend également des suggestions sur les sujets à aborder avec vos cliniciens, ainsi qu'un lien vers des ressources utiles.

LE SAVIEZ-VOUS?

Les « cliniciens » sont des professionnels de la santé qui prodiguent des soins aux patients, comme les médecins, les infirmières, les infirmières praticiennes, les pharmaciens, les physiothérapeutes, les psychologues, les inhalothérapeutes et les travailleurs sociaux.

Les « cliniciens de soins primaires » sont les médecins de famille ou les infirmières praticiennes.

Chaque personne est différente et certaines options peuvent ne pas s'appliquer à votre situation. Si vous avez des questions sur vos soins, **il est important d'en parler avec votre clinicien.**

Si votre enfant a soudainement de la difficulté à respirer, il pourrait faire une crise d'asthme.

- Lui donner immédiatement sa pompe de « secours » ou de « soulagement ».
- Suivre le plan d'action, si votre enfant en a un.
- Appeler le **9-1-1** ou se rendre à l'urgence la plus proche si votre enfant a besoin d'aide immédiate.

Qu'est-ce que l'asthme?

L'asthme est une maladie courante et grave que l'on retrouve chez les enfants. Lorsque votre enfant est atteint d'asthme, l'enflure des voies respiratoires de ses poumons rend sa respiration difficile. Il peut sentir une pression à la poitrine, avoir une respiration sifflante, cracher du mucus ou avoir une toux qui ne disparaît pas.

Si l'asthme n'est pas diagnostiqué et contrôlé, les symptômes peuvent s'aggraver et entraîner des consultations à l'urgence, des séjours à l'hôpital ou, dans certains cas, la mort. Il n'y a pas de remède pour l'asthme, mais avec le bon traitement, votre enfant peut mener une vie saine sans symptômes.

QUELLES SONT LES CAUSES DE L'ASTHME?

On ne sait pas exactement ce qui cause l'asthme chez les enfants, mais cette maladie peut être liée à différentes choses, y compris :

- des antécédents familiaux d'asthme;
- d'autres affections (comme l'eczéma ou des allergies).

Environ 2,5 millions de personnes en Ontario vivent avec l'asthme et plus de 60 % de ces personnes ont moins de 15 ans.

Mon enfant est-il atteint d'asthme?

Si votre enfant a de la difficulté à respirer, a une respiration sifflante, tousse ou sent une pression à la poitrine, ces signes pourraient indiquer qu'il fait de l'asthme (voir l'encadré ci-dessous). Ses symptômes peuvent être persistants ou partir et revenir.

Les symptômes de l'asthme varient d'un enfant à l'autre, et il faut parfois du temps avant d'assembler les éléments du puzzle. Mais il est important d'obtenir un diagnostic. Une fois que votre enfant aura ce diagnostic, il pourra recevoir le traitement approprié, ce qui pourra l'aider à éviter de graves problèmes de santé.

SURVEILLEZ LES SYMPTÔMES QUI :

- viennent par groupe (essoufflement, pression à la poitrine, respiration sifflante ou toux);
- sont pires la nuit ou tôt le matin;
- se produisent deux fois par semaine ou plus;
- ne sont pas réguliers;
- sont déclenchés par des rhumes, des allergies, l'air froid, l'air chaud et humide, l'exercice physique ou l'exposition à la fumée.

Notez les symptômes de votre enfant au fur et à mesure qu'ils apparaissent et changent. Cela pourra aider votre clinicien de soins primaires à diagnostiquer l'asthme.

Symptômes et déclencheurs de l'asthme

Il faut parfois faire des essais et des erreurs pour réussir à déterminer les causes des symptômes d'asthme de votre enfant. Les tests d'allergie peuvent aider à déterminer certains facteurs déclenchants, comme les squames d'animaux de compagnie, mais pour bon nombre de personnes, il n'existe aucun test permettant de déterminer les déclencheurs courants de l'asthme. Vous pouvez déterminer les déclencheurs de l'asthme de votre enfant en effectuant un suivi afin de savoir ce qui aggrave ses symptômes. Lorsque vous et votre enfant comprenez les déclencheurs, cela peut aider votre enfant à les éviter dans la mesure du possible.

Différentes choses peuvent aggraver les symptômes de l'asthme, notamment :

- une maladie, comme un rhume;
- des allergies;
- la fumée;
- l'air froid;
- l'air chaud et humide;
- la pollution de l'air;
- les parfums et les senteurs;
- les produits chimiques ménagers.

Vous pouvez utiliser un [journal de l'asthme](#) (*en anglais seulement*) pour vous aider à suivre les déclencheurs et les symptômes de votre enfant. Cela pourra également vous aider à comparer ce qu'il ressent au fil du temps. Plus leur clinicien de soins primaires en sait sur leurs symptômes et leurs déclencheurs, plus il lui sera facile de prescrire le médicament et la dose appropriés à votre enfant.

Faire participer votre enfant à la gestion de leur asthme

En grandissant, votre enfant peut jouer un rôle plus important dans la gestion de son asthme. Cela pourra l'aider à se sentir plus confiant lorsqu'il participe à des activités scolaires, sportives et sociales.

Pour aider votre enfant à prendre plus de responsabilités dans la gestion de son asthme, apprenez-lui :

- à quel point il est important d'utiliser sa pompe de contrôle (préventive) tous les jours;
- à reconnaître à quel moment il doit prendre son médicament;
- à connaître les noms de ses médicaments;
- à reconnaître qu'il ne reste plus suffisamment de médicament dans sa pompe et qu'il faut la remplacer;

- à suivre ses symptômes et à savoir dans quelle mesure il utilise son inhalateur de secours;
- comment parler de son asthme avec ses professeurs ou ses amis;
- à ne pas hésiter à parler s'il se retrouve face à un déclencheur, comme la fumée, à l'école ou avec des amis;
- à quel point il est important de se faire vacciner contre la grippe chaque année;
- (s'il est plus âgé) à réduire sa consommation de tabac ou à arrêter de fumer ou de vapoter du cannabis, de la nicotine, du tabac ou d'autres substances;
- l'importance de vivre dans un foyer sans fumée.

Les 6 principaux domaines d'amélioration en matière de soins aux enfants et aux adolescents atteints d'asthme



Énoncé de qualité 1 : Diagnostic

Ce que dit la norme

Les enfants de 6 ans et plus et les adolescents soupçonnés cliniquement d'être atteints d'asthme obtiennent un test de spirométrie pour démontrer une obstruction réversible du débit d'air et, si négatif, d'autres tests de fonction pulmonaire pour confirmer le diagnostic d'asthme le plus tôt possible. Les enfants âgés de 1 à 5 ans sont diagnostiqués comme étant atteints d'asthme une fois que les signes ou symptômes d'obstruction du débit d'air, nette amélioration des signes et symptômes avec les médicaments contre l'asthme et d'absence de soupçon clinique d'un autre diagnostic ont été documentés.

Ce que cela signifie pour vous

Si votre enfant est âgé de 6 ans ou plus et qu'il est essoufflé, a une sensation de serrement à la poitrine ou une respiration sifflante ou qu'il tousse, le clinicien doit s'assurer que votre enfant a subi un test de la fonction pulmonaire avant d'établir un diagnostic d'asthme. Comme il se peut que vous deviez attendre un certain temps pour ces tests, votre enfant pourra peut-être devoir commencer à prendre des médicaments immédiatement pour l'aider à respirer. Une fois que les résultats de votre enfant sont disponibles, le clinicien de soins primaires de votre enfant les examinera avec vous.

Si votre enfant a moins de 6 ans, il se peut qu'il ne soit pas en mesure de faire les tests de fonction pulmonaire. Pour savoir si votre enfant est atteint d'asthme, le clinicien qui s'occupe de votre enfant fera ce qui suit :

- vérifier sa respiration et ses symptômes;
- prescrire un médicament contre l'asthme pour voir si cela aide votre enfant;
- vérifier si ses symptômes sont dus à autre chose que l'asthme.

COMMENT LES ENFANTS SONT-ILS DIAGNOSTIQUÉS?

Pour les enfants de moins d'un an : il peut être difficile de diagnostiquer l'asthme à cet âge. Il est donc important de garder un contact régulier avec le clinicien de soins primaires de votre enfant en ce qui concerne les symptômes de votre enfant.

Pour les enfants d'un à cinq ans : le clinicien de soins primaires de votre enfant vérifiera la respiration de votre enfant. Il pourra voir si les médicaments contre l'asthme sont efficaces avant de poser un diagnostic.

Pour les enfants de six ans et plus : un test respiratoire appelé spirométrie mesure la quantité d'air que votre enfant peut expirer et constitue un élément important du diagnostic à cet âge. On l'appelle aussi test de fonction pulmonaire ou exploration fonctionnelle respiratoire.



Énoncé de qualité 2 : Contrôle de l'asthme et le risque d'exacerbations

Ce que dit la norme

Les enfants et les adolescents atteints d'asthme font régulièrement l'objet d'une évaluation structurée afin de déterminer leur niveau de contrôle de l'asthme, les raisons d'un mauvais contrôle et le risque de futures exacerbations.

Ce que cela signifie pour vous

Un clinicien devrait voir votre enfant au moins une fois par an pour vérifier son asthme. Si votre enfant a une grave crise d'asthme ou s'il change de médicament, il se peut que son clinicien doive le voir plus souvent. Lors de ces rendez-vous, il doit expliquer comment votre enfant devrait se sentir lorsque son asthme est bien contrôlé et vous poser à vous et à votre enfant des questions à propos des éléments suivants :

- les symptômes d'asthme de votre enfant et ce qui les aggrave;
- l'utilisation des médicaments de votre enfant;
- toute autre chose qui pourrait affecter la façon dont votre enfant se sent.

Vous pouvez contribuer en faisant un suivi de ces détails entre les rendez-vous.

CONTRÔLE DES SYMPTÔMES DE L'ASTHME

Si votre enfant prend sa pompe de **contrôle (préventive)** de la façon prescrite et a toujours des symptômes qui l'empêchent de vaquer à ses activités quotidiennes, cela indique que son asthme n'est pas contrôlé. Chaque fois que vous consultez le clinicien de soins primaires de votre enfant, dites-lui si votre enfant présente l'un de ces signes indiquant que son asthme n'est pas contrôlé :

- il a des symptômes pendant la journée plus de trois fois par semaine;
- il a des symptômes nocturnes une fois par semaine ou plus;
- il a besoin de son inhalateur de **secours (de soulagement)** plus de trois fois par semaine;
- il ne peut pas faire de sport à cause de son asthme;
- il a manqué une journée d'école et vous avez dû rester à la maison pour vous occuper de lui;
- ses symptômes se sont aggravés et il a eu besoin de nouveaux médicaments ou vous avez dû l'emmener à l'hôpital.

Le clinicien de soins primaires de votre enfant peut vous diriger vers un spécialiste l'asthme ou des allergies si l'asthme de votre enfant est difficile à contrôler.



Énoncé de qualité 3 : Médicaments contre l'asthme

Ce que dit la norme

Les enfants et les adolescents atteints d'asthme reçoivent des médicaments et des dispositifs appropriés en fonction de leur âge, de leur niveau actuel de contrôle de l'asthme et le risque de futures exacerbations, y compris le début précoce d'un traitement anti-inflammatoire inhalé.

Ce que cela signifie pour vous

La plupart des personnes atteintes d'asthme peuvent vivre sans symptômes si elles utilisent régulièrement leur inhalateur de contrôle et évitent autant que possible les déclencheurs. Le clinicien qui s'occupe de votre enfant devrait travailler avec vous et votre enfant pour décider quels médicaments et appareils pour l'asthme seraient les plus efficaces pour lui. Pendant cette discussion, il devrait :

- expliquer à votre enfant à quel moment il doit utiliser son inhalateur et lui montrer comment s'en servir;
- demander à votre enfant de lui montrer comment il utilise ses inhalateurs pour s'assurer que vous et votre enfant avez confiance lorsque l'enfant les utilise.

INHALATEURS (OU « POMPES »)

Une pompe **de contrôle** ou **préventive** empêche les symptômes en réduisant l'enflure des voies respiratoires dans les poumons. Il est préférable de l'utiliser régulièrement, même si votre enfant ne présente pas de symptômes.

Une pompe **de secours** ou **de soulagement** soulage rapidement les symptômes en ouvrant les voies respiratoires.

AÉROCHAMBRES

Une aérochambre ou dispositif d'espacement est un long tube fixé à la pompe pour faciliter l'inhalation du médicament. Selon les inhalateurs prescrits, votre enfant pourrait également avoir besoin d'une aérochambre.

Il existe de nombreux types de médicaments contre l'asthme. Si les symptômes d'asthme de votre enfant persistent malgré vos médicaments actuels, demandez au clinicien de soins primaires de votre enfant ou à un autre clinicien d'essayer une autre dose ou un autre médicament contre l'asthme. Au moment d'exécuter les ordonnances, le pharmacien vous apprendra à vous et à votre enfant à utiliser le médicament et répondra à toutes vos questions. Il est important que votre enfant prenne son médicament de contrôle tous les jours, si le clinicien de soins primaires l'a ainsi prescrit.

Votre enfant doit toujours avoir son inhalateur de secours avec lui. Parlez à ses enseignants, aux autres éducateurs à l'école ou au personnel de l'école ou du service de garde de l'asthme de votre enfant et des médicaments dont il a besoin.



Énoncé de qualité 4 : Information sur l'autogestion et plan d'action pour l'asthme

Ce que dit la norme

Les enfants et les adolescents atteints d'asthme et leurs partenaires de soins reçoivent de l'information sur l'autogestion et un plan d'action pour l'asthme personnalisé par écrit qui est révisé régulièrement avec un clinicien.

Ce que cela signifie pour vous

Le clinicien qui s'occupe de votre enfant devrait vous aider, vous et votre enfant, à lui apprendre à gérer son asthme. Il doit travailler avec vous et votre enfant pour créer un plan d'action pour l'asthme. Ce plan décrit :

- les médicaments de votre enfant et la façon de les prendre;
- ce que votre enfant peut faire chaque jour pour rester en santé;
- ce que votre enfant doit si ses symptômes s'aggravent.

Vous pouvez partager une copie du plan d'action pour l'asthme de votre enfant avec tout autre clinicien et son école ou sa garderie.

GESTION DE L'ASTHME À L'ÉCOLE ET À LA GARDERIE

Votre enfant doit toujours avoir son inhalateur de secours avec lui. Parlez à ses enseignants, aux autres éducateurs ou au personnel de son asthme et des médicaments dont il a besoin. Vous pouvez donner une copie du plan d'action pour l'asthme de votre enfant au personnel de l'école.

Selon [la loi Ryan](#) (*en anglais seulement*), les écoles de l'Ontario doivent avoir des politiques et des procédures conçues pour répondre aux besoins des élèves en matière d'asthme.



Énoncé de qualité 5 : Orientation vers des services spécialisés de traitement de l'asthme pédiatrique

Ce que dit la norme

Les enfants et les adolescents atteints d'asthme ayant une ou plusieurs indications appropriées qui sont orientés vers des soins spécialisés pour l'asthme pédiatrique.

Ce que cela signifie pour vous

Si votre enfant prend ses médicaments et évite autant que possible les déclencheurs, mais qu'il continue à avoir des symptômes d'asthme, ou si le clinicien de soins primaires de votre enfant a d'autres préoccupations, il doit consulter un spécialiste pour l'asthme ou orienter votre enfant vers des soins spécialisés pour l'asthme pédiatrique.



Énoncé de qualité 6 : Suivi après le congé de l'hôpital

Ce que dit la norme

Les enfants et les adolescents qui ont eu une visite à l'urgence ou qui ont été hospitalisés pour une exacerbation de l'asthme ont une évaluation de suivi dans les 2 à 7 jours suivant leur congé.

Ce que cela signifie pour vous

Si votre enfant a dû se rendre à l'urgence ou a été hospitalisé en raison d'une crise d'asthme, le clinicien de soins primaires de votre enfant devrait vous voir dans les 2 à 7 jours qui suivent son congé de l'hôpital. Il vérifiera l'état de santé de votre enfant et apportera les changements nécessaires à ses médicaments et à son plan d'action pour l'asthme.

Dans certains cas, le suivi initial peut être effectué par un pneumologue, un allergologue ou un autre médecin, ou par d'autres membres de l'équipe de soins comme les infirmières, les inhalothérapeutes et les pharmaciens qui sont des éducateurs accrédités en santé respiratoire ou des éducateurs certifiés dans le domaine de l'asthme.

Lors de cette consultation, vous pouvez également poser des questions pour vous assurer de bien comprendre :

- ce qui a causé la crise;
- quels soins a reçu votre enfant;
- ce que votre enfant et vous pouvez faire pour prévenir les crises d'asthme.

SI VOUS AVEZ DÉJÀ DÛ EMMENER VOTRE ENFANT À L'HÔPITAL...

Si vous avez déjà dû emmener votre enfant à l'hôpital en raison d'une crise d'asthme, le clinicien de soins primaires de votre enfant devrait le voir quelques jours plus tard pour s'assurer qu'il se sent mieux.

Suggestions de sujets à aborder avec les cliniciens de votre enfant

Demandez aux cliniciens de votre enfant :

- Mon enfant doit-il passer un test respiratoire pour savoir s'il est atteint d'asthme?
- Combien de temps va-t-il devoir attendre pour passer le test? Combien de temps faudra-t-il avant d'obtenir les résultats?
- Quels médicaments mon enfant peut-il prendre pour ses symptômes avant d'obtenir un diagnostic? Les médicaments affecteront-ils les résultats de ses tests?
- Mon enfant peut-il poursuivre ses activités normales, aller à l'école et faire du sport?
- Comment mon enfant et moi pourrions-nous déterminer les déclencheurs? Comment mon enfant peut-il éviter les déclencheurs?
- Quels services communautaires peuvent m'aider à limiter les déclencheurs ou à les éviter?
- Que dois-je faire si les symptômes de mon enfant s'aggravent et s'il fait une crise d'asthme?
- De quel genre de pompes mon enfant a-t-il besoin? Quels sont leurs effets secondaires?
- À quelle fréquence doit-il utiliser ses pompes?
- Combien coûteront les médicaments de mon enfant? Existe-t-il des options moins coûteuses?
- Que devons-nous faire si l'asthme de mon enfant n'est pas contrôlé avec ses médicaments actuels? Par exemple, aura-t-il besoin d'un autre médicament? Ou bien devra-t-il obtenir des soins d'un pédiatre, d'un spécialiste de l'asthme, ou d'un spécialiste des allergies?
- À son âge actuel, comment mon enfant peut-il jouer un rôle plus important dans les soins associés à son asthme?
- Comment puis-je aider mon enfant à gérer son asthme à l'école ou lorsqu'il est avec des amis?
- Quels livres, outils en ligne ou autres ressources peuvent aider mon enfant à comprendre et à gérer son état?
- Où pouvons-nous (mon enfant et moi-même) obtenir de l'information sur l'asthme (par exemple, auprès d'un éducateur certifié dans le domaine de l'asthme) dans notre région?
- Existe-t-il du soutien pour aider mon adolescent (s'il est plus âgé) à réduire sa consommation de tabac ou à arrêter de fumer ou de vapoter (cannabis, nicotine, tabac ou autres substances)?

Partagez avec les cliniciens de votre enfant :

- À quel moment et à quelle fréquence votre enfant ressent de l'essoufflement, une pression à la poitrine ou s'il a une respiration sifflante ou de la toux
- Sa réaction aux médicaments contre l'asthme lorsqu'il a des symptômes
- Au sujet des choses qui déclenchent les symptômes de votre enfant à la maison, à l'école, à l'extérieur ou ailleurs

- Si les symptômes s'aggravent à certains moments de la journée ou lors de certaines activités
- À propos de tout changement de comportement que vous pensez lié à son asthme
- Si votre enfant a déjà pris des médicaments contre l'asthme auparavant
- De tout médicament que votre enfant prend pour d'autres problèmes de santé

Si vous êtes un partenaire de soins

Vous pourriez avoir vos propres questions. Les partenaires de soins qui s'occupent d'enfants ou d'adolescents atteints d'asthme, comme les parents ou les tuteurs légaux, sont toujours en alerte. Gérer l'état de votre enfant et l'aider à le gérer progressivement par lui-même peut avoir des répercussions sur votre propre qualité de vie. Il peut être utile de savoir qu'il existe un soutien pour vous.

Il peut être utile de vous identifier comme le partenaire de soins du patient auprès de l'équipe de soins. Cela fera en sorte qu'il connaît et respecte vos questions et préoccupations. Faites-lui savoir :

- Quel sera votre rôle pour aider le patient à gérer sa maladie;
- Si vous avez besoin d'aide pour parler à votre employeur de l'asthme de votre enfant (par exemple, le nombre de jours où vous pourriez être absent du travail);
- Si vous avez besoin d'aide.

En savoir plus

Le [Centre hospitalier pour les enfants de l'est de l'Ontario](#) (CHEO) et la [Lung Health Foundation](#) (*en anglais seulement*) ont des ressources utiles sur l'asthme chez les enfants, notamment les plans d'action pour l'asthme et des vidéos sur la manière d'utiliser un inhalateur.

[Asthma Canada](#) fournit des ressources pour mieux soutenir les parents et les partenaires de soins d'enfants atteints d'asthme (*en anglais seulement*), y compris [Asthma Pals Mentorship Program](#), qui est un programme en ligne de huit semaines qui met en relation des mentors pairs et des enfants asthmatiques dans l'ensemble du Canada au moyen de réunions virtuelles supervisées.

[Asthma Canada Member Alliance](#) offre une communauté de soutien par les pairs sûre à laquelle vous pouvez accéder partout et en tout temps (*en anglais seulement*).

Si vous avez besoin d'aide pour gérer l'asthme de votre enfant, vous pouvez communiquer avec des lignes d'assistance téléphonique, notamment :

- [Lung Health Line](#) (Lung Health Foundation) : 1-888-344-LUNG (1-888-344-5864) (*en anglais seulement*)
- [Asthma & Allergy Helpline](#) (Asthma Canada) : 1-866-787-4050

Santé Ontario a élaboré d'autres normes de qualité et des guides sur la santé pulmonaire, la santé mentale et les dépendances, ainsi que les transitions vers des soins qui peuvent être utiles, notamment :

- [Dépression clinique](#)
- [Maladie pulmonaire obstructive chronique \(MPOC\)](#)
- [Transition des services de soins de santé pour les jeunes aux services de soins de santé pour adultes](#)
- [Transitions entre l'hôpital et la maison](#)
- [Trouble obsessionnel-compulsif \(TOC\)](#)
- [Troubles anxieux](#)

Besoin de plus d'informations?

Si vous avez des questions ou des commentaires au sujet de ce guide, veuillez communiquer avec nous à QualityStandards@OntarioHealth.ca ou au 1-877-280-8538 (TTY : 1-800-855-0511).

Vous voulez obtenir cette information dans un format accessible?

1-877-280-8538, ATS 1-800-855-0511, info@OntarioHealth.ca

ISBN 978-1-4868-8868-9 (PDF)

© Imprimeur du Roi pour l'Ontario, 2025