

JOURNÉE MONDIALE de l'ASTHME 7 Mai 2013

organisée en France par
l'Association ASTHME & ALLERGIES

LA JOURNÉE MONDIALE de l'ASTHME

est une journée organisée au niveau mondial par la *Global Initiative for Asthma* (GINA). C'est un évènement annuel de sensibilisation et d'information coordonné chaque année en France par l'Association **ASTHME & ALLERGIES** pour tous ceux et celles qui sont concernés - de près ou de loin - par l'asthme, qu'ils soient eux-mêmes asthmatiques, ou que des personnes de leur entourage soient concernées.

Edition 2013 : Mardi 7 Mai

- ✓ Une thématique :
**QUELLES NOUVEAUTES
DANS L'ASTHME ?**
- ✓ 15.000 Posters
- ✓ 150.000 Brochures gratuites
- ✓ Des actions locales déclinées dans toute la France métropolitaine et Dom-Tom
- ✓ Un Numéro Vert appel gratuit
**ASTHME & ALLERGIES INFOS
SERVICE : 0800 19 20 21**
- ✓ Un Site Internet pour connaître les actions JMA 2013 en régions
www.asthme-allergies.org
- ✓ Une mobilisation des acteurs de santé et des partenaires

QUELLES NOUVEAUTES DANS L'ASTHME ?



Contact-Presses Association ASTHME & ALLERGIES :
Marie-Caroline LAFAY - Tél : 06 16 56 46 56 - mclafay@wanadoo.fr



**L'Édition 2013 de la Journée Mondiale
de l'Asthme a pour thème
"QUELLES NOUVEAUTÉS DANS L'ASTHME ?"**

Cette maladie respiratoire chronique qui touche les bronches, concerne aussi bien les **nourrissons**, les **enfants**, les **adultes**, que les **seniors**. Elle continue sa progression en termes d'épidémiologie : **plus de 4 millions de personnes en France et 30 millions de personnes en Europe sont asthmatiques..**

Le nombre de décès par an reste malheureusement stable : plus de 1 000 personnes meurent encore chaque année d'une crise d'asthme, pourtant évitable dans la plupart des cas.

Il reste donc beaucoup à faire pour continuer de sensibiliser et d'informer le public

L'asthme continue à faire l'objet d'**études** dont les résultats sont prometteurs. **Les traitements** eux aussi progressent, permettant à la plupart des asthmatiques d'avoir une qualité de vie normale, leur permettant d'exercer leurs activités professionnelles, sociales et de loisirs comme tout un chacun. Des recherches récentes permettent d'entrevoir de **nouveaux traitements** pour les asthmes les plus difficiles, et la notion de **traitements "personnalisés"** est de plus en plus présente : **on peut commencer désormais à aborder l'asthme d'une manière individuelle. Ou individualisée ???**

Il n'en reste pas moins qu'il **faut continuer d'informer le public** : les asthmatiques et leur proches, parce que l'asthme a des répercussions sur la vie au quotidien, et qu'il faut inciter les malades à recourir aux spécialistes que sont les professionnels de santé. Car **l'asthme, s'il est mieux maîtrisé, ne doit pas pour autant être banalisé**, il reste une maladie respiratoire préoccupante avec des répercussions importantes lorsqu'il n'est pas correctement traité : aggravation des symptômes, complications, voire évolution vers l'insuffisance respiratoire.

**JOURNÉE MONDIALE de l'ASTHME - Mardi 7 Mai 2013
organisée en France par l'Association ASTHME & ALLERGIES**

- > **Une thématique : *Quelles nouveautés dans l'Asthme ?***
- > **Un objectif** : le contrôle de l'asthme
- > **Une Brochure diffusée en 150.000 ex, abordant :**
 - . vers une personnalisation des traitements ?
 - . relations entre asthme et environnement
 - . traitements actuels et possibilités futures
 - . qu'entend-on "par contrôle de l'asthme" ?
 - . la désensibilisation dans l'asthme
 - . comment atteindre et maintenir un bon contrôle de l'asthme ?
- > **15.000 Posters** diffusés dans les salles d'attente des professionnels de santé et dans les pharmacies
- > **Des actions locales déclinées dans toute la France** (liste en annexe)
- > **Un Numéro Vert gratuit** pour répondre à toutes les questions :
ASTHME & ALLERGIES INFOS SERVICE : 0800 19 20 21
- > **Un Site Internet** pour connaître les actions JMA 2013 en régions :
www.asthme-allergies.org
- > **Une mobilisation** des acteurs de santé et des partenaires

QUELLES NOUVEAUTÉS dans l'ASTHME ?



L'identification des phénotypes de l'asthme : vers une personnalisation des traitements

On sait maintenant identifier **différents types d'asthme**, ce qui permet d'avoir des **traitements adaptés**.

Par exemple, on a identifié 3 types d'asthmes chez le nourrisson :

- . **l'asthme déclenché par les infections virales** : "*asthme viro-induit*" qui la plupart du temps procure un asthme *léger*
- . **l'asthme non-allergique** : difficile à contrôler malgré les traitements, plus fréquent chez les filles
- . **l'asthme dû à des facteurs déclenchants multiples**, plus fréquent chez les garçons et souvent associé à de l'eczéma (75 % des cas) ou à l'allergie (90 % des cas).

L'asthme d'origine allergique peut commencer à tous les âges, mais, dans la majorité des cas, la sensibilisation allergénique se met en place dans la **petite enfance**

Chez les enfants de 6 à 12 ans, il existe des asthmes *légers* avec une seule allergie responsable, et des asthmes *plus sévères* avec plusieurs allergies en cause

Mais des crises d'asthme peuvent également survenir **sans allergie** lorsque l'inflammation des bronches persiste malgré les traitements de fond.

Au cours de l'enfance, l'asthme peut aussi varier.

En permettant d'établir des traitements personnalisés, **l'identification des phénotypes de l'asthme** constitue un avenir prometteur.

- ✓ L'identification de différents types d'asthme devrait permettre une personnalisation des traitements.
- ✓ De nouveaux médicaments et de nouvelles techniques sont en cours de développement.
- ✓ Plusieurs facteurs favorisant l'asthme sont de mieux en mieux identifiés.

Traitements actuels et possibilités futures



Il n'est pas inutile de rappeler que l'asthme est dû à l'inflammation des bronches, rendues hypersensibles, et qui lors des crises se resserrent, provoquant la gêne respiratoire bien connue chez l'asthmatique.

Les bronchodilatateurs inhalés continuent d'être les plus efficaces sur les crises d'asthme, soulageant rapidement. Mais ils agissent sur la gêne respiratoire et ne permettent pas de guérir la maladie.

Les anti-inflammatoires inhalés diminuent l'hypersensibilité des bronches, les rendant moins "irritables" et constituent toujours le traitement de fond de l'asthme. Dans les cas d'asthme sévère, ces anti-inflammatoires par voie inhalée ne suffisent pas, et il faut ajouter des traitements sous forme de comprimés (corticoïdes par voie orale).

Les TRAITEMENTS ACTUELS

On dispose aujourd'hui de traitements efficaces quel que soit le degré de sévérité de l'asthme :

✓ Traitement symptomatique :

Les bronchodilatateurs, pour soulager et prévenir la crise d'asthme

- . les bêta 2 agonistes (inhalés) à courte durée d'action
- . les bêta 2 agonistes (inhalés) à longue durée d'action
- . la théophylline (par voie orale)

✓ Traitement de fond :

Les anti-inflammatoires, pour contrôler l'inflammation des bronches

- . les corticoïdes (inhalés ou par voie orale)
- . les anti-leucotriènes (par voie orale) : particulièrement indiqués pour les asthmes d'effort ou allergiques, souvent associés aux corticoïdes inhalés

✓ Les associations inhalées : bêta 2 agonistes à longue durée d'action + corticoïdes

✓ Les anti-IgE administrés par voie sous cutanée : ils sont réservés aux asthmes sévères d'origine allergique qui ne parviennent pas à être contrôlés par les autres traitements.

✓ La désensibilisation :

Connue depuis de nombreuses années, elle consiste à introduire des doses progressivement croissantes d'un extrait allergénique dans le but d'améliorer la tolérance à cet allergène. C'est actuellement la seule méthode permettant de prévenir et de traiter la maladie allergique, les autres traitements agissant seulement sur les symptômes. La désensibilisation consiste en des injections sous la peau et à connu ces dernières années des évolutions importantes avec la voie sublinguale (gouttes ou comprimés sous la langue). Des travaux sont en cours pour évaluer les bénéfices de l'immunothérapie qui pourrait permettre à long terme de diminuer les doses de corticoïdes inhalés dans le traitement de l'asthme.

Les relations entre asthme et environnement

On sait maintenant qu'il faut la rencontre entre le terrain génétique (predisposition génétique) et l'environnement pour que l'asthme se développe ou s'aggrave. Le rôle de plusieurs facteurs allergisants (acariens, moisissures, animaux, pollens...) ou irritants (tabac, pollution atmosphérique, produits chimiques...) pour les voies respiratoires, présents dans l'environnement est maintenant établi.

Si ces facteurs n'expliquent pas complètement l'augmentation de la fréquence de l'asthme, on peut néanmoins agir de manière à éviter certaines situations.

Les TRAITEMENTS et les PERSPECTIVES du FUTUR

Actuellement au stade d'étude, des traitements sont en cours pour agir sur le contrôle des éosinophiles, globules blancs qui jouent un rôle important sur le système immunitaire et par conséquent sur le mécanisme des allergies.

De nouvelles techniques sont en cours d'expérimentation dans le traitement de l'asthme sévère (asthme dont le degré est tel qu'il rend la maladie invalidante, avec des répercussions au quotidien) : la thermoplastie bronchique (chauffage du muscle bronchique par endoscopie) pourrait aider les adultes atteints d'asthme grave dont les symptômes sont mal maîtrisés par le traitement médicamenteux classique, en réduisant l'hyperréactivité des voies aériennes.

Agir sur les autres facteurs

On a aujourd'hui la quasi certitude que d'autres facteurs sont associés au risque de développer un asthme :

- . le manque de vitamine D
- . un régime pauvre en vitamines et antioxydants
- . le stress

Si ces hypothèses se confirment, il sera possible de proposer des actions de prévention efficaces.

Aujourd'hui, en attendant les résultats des recherches scientifiques en cours, on peut contrôler efficacement son asthme grâce à des traitements efficaces et à des mesures de prévention.

Contrôler son asthme pour vivre mieux, aujourd'hui, c'est déjà possible !

Pour un asthmatique, cela signifie :

- . pas ou peu de symptômes : crises, essoufflement, toux, sifflements...
- . pouvoir mener ses activités sans difficulté : travail, famille, sport, loisirs...
- . pouvoir dormir sans gêne respiratoire
- . avoir pas ou peu besoin d'utiliser son bronchodilatateur de secours
- . bien tolérer ses médicaments



Le Contrôle de l'Asthme

| | | | | | |
|---|-------------------------|-------------------------|--------------------------|---------------------|--------|
| ✓ Au cours des 4 dernières semaines, votre asthme vous a-t-il gêné(e) dans vos activités au travail, à l'école/université ou chez vous ? | | | | | |
| Tout le temps | La plupart du temps | Quelquefois | Rarement | Jamais | Points |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| ✓ Au cours des 4 dernières semaines, avez-vous été essoufflé(e) ? | | | | | |
| Plus d'une fois par jour | Une fois par jour | 3 à 6 fois par semaine | 1 ou 2 fois par semaine | Jamais | Points |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| ✓ Au cours des 4 dernières semaines, les symptômes de l'asthme (sifflements dans la poitrine, toux, essoufflement, oppression ou douleur dans la poitrine) vous ont-ils réveillé(e) la nuit ou plus tôt que d'habitude le matin ? | | | | | |
| 4 nuits ou + par semaine | 2 à 3 nuits par semaine | Une nuit par semaine | 1 ou 2 fois en tout | Jamais | Points |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| ✓ Au cours des 4 dernières semaines, avez-vous utilisé votre inhalateur de secours ou pris un traitement par nébulisation (par exemple salbutamol, terbutaline) ? | | | | | |
| 3 fois par jour ou plus | 1 ou 2 fois par jour | 2 ou 3 fois par semaine | 1 fois par sem. ou moins | Jamais | Points |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| ✓ Comment évalueriez-vous votre asthme au cours des 4 dernières semaines ? | | | | | |
| Pas contrôlé du tout | Très peu contrôlé | Un peu contrôlé | Bien contrôlé | Totalement contrôlé | Points |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |

Le Test de Contrôle de l'Asthme

Un questionnaire simple composé de 5 questions permet d'évaluer le contrôle de son asthme.

Il suffit de calculer son score total pour savoir si l'asthme est contrôlé. Ce test est disponible dans la Brochure "**Quelles nouveautés dans l'asthme ?**" éditée par l'Association Asthme & Allergies à l'occasion de la Journée Mondiale de l'Asthme 2013.

Comment atteindre et maintenir un bon Contrôle de l'Asthme

La notion essentielle à retenir est qu'il faut connaître les facteurs pouvant aggraver son asthme afin de les éviter, d'anticiper et/ou de débiter le traitement le plus tôt possible.

Pour chaque individu, les facteurs déclenchants peuvent être variés :

- . infection respiratoires : rhume, bronchite, grippe...
- . allergènes : acariens, animaux, pollens...
- . fumées, pics de pollution
- . certaines odeurs fortes : parfums, peintures, produits ménagers...
- . exercice physique, fou-rire
- . changements de temps, froid, humidité
- . certains médicaments comme l'aspirine

Détecter les signes précoces de début ou d'aggravation de la crise d'asthme

Plus tôt l'asthmatique identifie **les signes précurseurs de la crise**, plus vite il prend son traitement, plus rapidement il va réussir

à la maîtriser. C'est pour cela qu'il est important de détecter la survenue des symptômes, si possible avant même qu'ils surviennent.

Les signes d'aggravation les plus courants sont :

- . lorsque l'asthmatique recourt plus souvent que d'habitude aux bronchodilatateurs inhalés pour soulager sa gêne respiratoire, ou s'il a besoin d'une plus grande quantité de médicaments
- . s'il est gêné pour respirer, plusieurs fois par jour ou plusieurs fois par semaine
- . s'il est réveillé la nuit par son asthme
- . si l'effet des bronchodilatateurs pour soulager la gêne respiratoire est moins efficace que d'habitude
- . si la mesure du souffle évaluée par le peak-flow est diminuée

Etablir un Plan d'Action Personnalisé écrit avec son médecin

Le Plan d'Action Personnalisé (PAP) est un guide permettant à l'asthmatique de devenir plus autonome et responsable vis-à-vis de son traitement de fond et de la gestion de ses crises.

Il est établi avec le médecin, et précise :

- . le traitement habituel
- . les symptômes indiquant une détérioration de l'asthme
- . les valeurs du débit de pointe normales, et celles qui indiquent une aggravation
- . comment augmenter les doses de médicaments en cas d'aggravation
- . quand consulter le médecin ou faire appel aux urgences

Avoir un suivi médical régulier et prendre son traitement de fond comme prescrit

L'asthme étant une affection chronique, si le traitement est bien suivi et l'asthme bien contrôlé, le médecin peut

souvent réduire progressivement ce traitement.

Pour mieux connaître son asthme, comprendre son plan d'action et l'utiliser de façon adéquate, il est conseillé de participer à une **formation** dans une **Ecole de l'Asthme** (liste sur www.asthme-allergies.org).

L'application "Mon Asthme" : pour aider les asthmatiques

Depuis quelques mois, **Mon Asthme** 1^{ère} application dans l'asthme en France est à la disposition des asthmatiques pour les aider à améliorer le suivi de leur asthme et le dialogue avec le médecin traitant lors des consultations. Labellisée par l'**Association Asthme & Allergies** et le **Comité National Contre les Maladies Respiratoires** (CNMR) cette application gratuite est disponible en téléchargement sur l'App Store pour iPhone, iPad et iPod Touch et sur Google Play pour Android.

Elle propose 4 grandes fonctionnalités :

- La possibilité d'effectuer un Test de Contrôle de l'Asthme grâce à un test enfant (4 – 11 ans) ou à un test adulte et adolescent à partir de 12 ans. Ce test simple permet à l'asthmatique d'évaluer le contrôle de son asthme.
- L'enregistrement des prises de traitement de secours ; l'augmentation du nombre de ces prises reflétant un mauvais contrôle de l'asthme.
- L'enregistrement de la valeur du Peak Flow (Débit Expiratoire de Pointe), si l'asthmatique dispose d'un débitmètre de pointe, permet d'évaluer l'état du souffle du patient.
- La fonction de géolocalisation des écoles de l'asthme agréées par les autorités de santé (ARS).

Ces fonctionnalités sont associées à des explications, une conduite à tenir et des conseils donnés au patient. Toutes ces informations sont automatiquement enregistrées dans l'agenda pour visualiser les résultats journaliers et hebdomadaires. L'application permet ainsi d'effectuer le suivi de l'asthme du patient dans le temps grâce à une représentation très visuelle de l'évolution de ses résultats.

L'application Mon Asthme a été récompensée en mars 2013 par un PharmaSuccess Marketing Excellence Award dans la catégorie « projets pour les patients ».





Une Journée pour sensibiliser et informer,
combattre les idées reçues et faire évoluer les mentalités,
afin que l'asthme soit davantage diagnostiqué,
mieux maîtrisé, équilibré et pris en charge.

LA JOURNÉE MONDIALE DE L'ASTHME consiste en une **JOURNÉE annuelle de sensibilisation et d'information pour comprendre l'asthme et faire évoluer les idées reçues**. Elle repose sur une **campagne nationale de communication** autour d'un thème principal. Pour l'édition 2013 : **Quelles nouveautés dans l'Asthme ?** Les actions menées à l'occasion de la Journée Mondiale de l'Asthme doivent permettre de véhiculer des messages qui contribuent peu à peu à faire évoluer la vision de tous vis-à-vis de l'asthme et notamment d'apporter aux personnes asthmatiques des informations de qualité pour les sensibiliser à la notion du contrôle de leur asthme.

Plus de 4 millions de Français sont asthmatiques⁽¹⁾ soit 6,7% de la population et 9% des enfants⁽²⁾. L'asthme est la maladie chronique la plus fréquente chez l'enfant. Il reste sous-diagnostiqué, insuffisamment pris en charge, et incomplètement contrôlé chez 6 asthmatiques sur 10⁽³⁾.

De multiples facteurs sont en cause :

- ✓ Encore trop d'asthmatiques sont non-diagnostiqués et sous-traités, ou ne recourent pas à des traitements adaptés à la gravité de leur asthme.
- ✓ Il persiste de nombreuses craintes vis-à-vis des traitements, des idées fausses, des croyances erronées, qui retardent la prise en charge.
- ✓ Des enfants, des jeunes, des adultes se trouvent trop souvent restreints dans leurs activités à cause de leur asthme.
- ✓ De nombreux adolescents méprisent leur traitement, et s'exposent à des aggravations.
- ✓ On dénombre encore un trop grand nombre de décès par asthme, pourtant évitables.

(1) Afrite A, Allonier C, Com-Ruelle L, Le Guen N. L'asthme en France en 2006 : prévalence et contrôle des symptômes. Questions d'économie de la santé IRDES décembre 2008

(2) Delmas MC, Guignon N, Leynaert B, Com Ruelle L, Annesi-Maesano I, Herbet JB, Furhman C. Prévalence de l'asthme chez l'enfant en France. Arch pédiatr 2009; 16:1261-9

(3) Etude IRDES réalisée en janvier 2009

Des ACTIONS menées dans toute la FRANCE

Dans toute la France (Métropole et Dom-Tom) l'Association ASTHME & ALLERGIES coordonne et soutient chaque année des actions pour le grand-public organisées par les associations de malades, les écoles de l'asthme et les centres d'éducation thérapeutique et les professionnels de santé (médecins, infirmier(e)s, pharmaciens)...

Journées Portes-ouvertes, jeux du souffle, parcours santé, démonstrations sportives, randonnées, activités pour les enfants, goûters... De nombreuses actions sont organisées afin de sensibiliser le public et de faire savoir quelles sont *les Nouveautés dans l'Asthme*.

Dans les Ecoles de l'Asthme et les Centres Hospitaliers : des journées portes-ouvertes, des stands, des brochures, des mesures du souffle, des conseils

A l'initiative des Associations en régions : des points-rencontres, des goûters, des jeux, des animations sportives, des tables rondes, des discussions, des débats, des forums, des témoignages ...

Une BROCHURE gratuite « *Quelles nouveautés dans l'Asthme ?* » diffusée dans les Ecoles de l'Asthme, les Associations de malades, les Centres Hospitaliers, les Cabinets Médicaux et Infirmiers, les Pharmacies, et tous les lieux où une action Journée Mondiale de l'Asthme se déroule. Le public pourra également la consulter sur le **site internet de l'Association ASTHME & ALLERGIES** www.asthme-allergies.org ou faire une demande d'envoi par courrier en appelant le **Numéro Vert gratuit "ASTHME & ALLERGIES INFOS SERVICE 0800 19 20 21**.

Un POSTER diffusé dans les salles d'attente des professionnels de santé et dans les pharmacies

EN ANNEXE de ce Dossier de Presse :

POSTER JOURNEE MONDIALE DE L'ASTHME 2013

BROCHURE JOURNEE MONDIALE DE L'ASTHME 2013

LISTE des ACTIONS organisées en REGIONS

Comme chaque année pour la JOURNÉE MONDIALE DE L'ASTHME, merci aux MÉDIAS qui relayent l'information, et dont l'implication est indispensable pour transmettre les messages de santé véhiculés par cette campagne nationale

La Journée Mondiale de l'Asthme est organisée en France par



Avec le parrainage de l'EFA - European Federation of Allergy and Airways Diseases Patients Associations

Les laboratoires GSK et SANDOZ, partenaires de la Journée Mondiale de l'Asthme, financent l'édition des brochures et des posters et en assurent la diffusion dans les cabinets médicaux et dans les pharmacies.

La Société Médiflux fournit gracieusement des débit-mètres de pointe et des embouts aux Ecoles de l'Asthme pour leurs actions de mesure du souffle dans le cadre de la Journée Mondiale de l'Asthme.

Le CESPHARM (Ordre national des Pharmaciens – Education et Prévention pour la Santé) relayera la Journée Mondiale de l'Asthme 2013 dans les pharmacies (www.cespharm.fr)

**Contact-Presses Association ASTHME & ALLERGIES :
Marie-Caroline LAFAY - Tél : 06 16 56 46 56 - mclafay@wanadoo.fr**

Numéro Vert "ASTHME & ALLERGIES INFOS SERVICE" : 0800 19 20 21 (appel gratuit)