Asthma 411

Retour à l'école avec la liste de contrôle sur l'asthme

Tout savoir sur l'asthme

L'asthme est une maladie de longue durée qui touche les poumons. Il ne peut être guéri, mais il peut être contrôlé. Si l'asthme est bien maîtrisé, votre enfant peut rester en bonne santé et actif. Consultez le site www.asthma411.org si vous souhaitez trouver des liens et des ressources avec des informations sur l'asthme.

Précautions pour protéger votre enfant de la COVID-19

Selon le CDC, les personnes souffrant d'asthme modéré à sévère présentent plus de risques de tomber très malades à cause de la COVID-19. Prenez ces mesures pour réduire les risques pour votre enfant :

- Assurez-vous que votre enfant continue à prendre ses médicaments habituels contre l'asthme.
- Discutez avec votre enfant de la possibilité de pratiquer la distanciation sociale à l'école.
- Encouragez votre enfant à porter un masque, vérifiez s'il peut respirer normalement
- Rappelez à votre enfant d'éviter de se toucher le visage
- Insistez sur le lavage fréquent des mains ou l'utilisation d'un désinfectant pour les mains à base d'alcool
- Nettoyez et désinfectez les surfaces fréquemment touchées

Prévoir un rendez-vous médical pour évaluer l'asthme

Prévoyez une visite chez votre prestataire de soins de santé avec votre enfant pour un contrôle de son asthme. Les enfants asthmatiques doivent passer un examen au moins une fois par an. Il est recommandé de l'emmener plus souvent chez le médecin si votre enfant présente des symptômes d'asthme. Pendant la visite :

- Examinez les médicaments contre l'asthme de votre enfant
- Examinez et vérifiez la technique d'inhalation
- Demandez à votre prestataire de soins de remplir les formulaires scolaires
- Créez un plan d'action contre l'asthme pour votre enfant ou mettez-le à jour
- Demandez si votre enfant a besoin d'un débitmètre de pointe. Le débitmètre est un bon outil pour tester et suivre sa capacité respiratoire.
- Si votre enfant souffre d'allergies saisonnières, demandez qu'on lui prévoie un traitement et des médicaments avant que ses symptômes saisonniers ne commencent.
- Si votre enfant utilise un nébuliseur, demandez à son médecin s'il est possible de passer à un inhalateur avec espaceur. Pendant la COVID-19, c'est le meilleur moyen pour administrer un médicament à action rapide contre l'asthme à l'école.

Prévoir un rendez-vous médical pour évaluer l'asthme (suite)

- Parlez au médecin de votre enfant pour prévoir une réserve d'urgence de médicaments sous ordonnance et en vente libre, y compris des inhalateurs pour traiter son asthme. Il s'agit d'une recommandation importante pendant la pandémie de COVID-19.
- Si votre enfant utilise un espaceur, demandez à votre prestataire de soins de santé d'en prescrire un deuxième pour l'apporter à l'école. Il s'agit d'une recommandation importante pendant la pandémie de COVID-19.

Prévoir un plan d'action contre l'asthme

Un plan d'action contre l'asthme est un document que vous et votre fournisseur de soins de santé devez remplir et qui est adapté aux besoins de votre enfant. Ce plan permet d'aider à gérer les symptômes d'asthme de votre enfant. Le plan d'action contre l'asthme comprend :

- Une liste des déclencheurs et des symptômes de l'asthme de votre enfant
- Le nom des médicaments
- La quantité de médicaments à prendre en cas de besoin
- Les étapes de la prise en charge d'un épisode d'asthme ou d'une urgence respiratoire

Fournissez une copie du document à toutes les personnes qui sont en contact avec votre enfant à l'école. Il s'agit notamment de l'infirmerie scolaire, des professeurs, des coaches, des chauffeurs de bus scolaires et des personnes responsables de la garderie après l'école. Gardez une copie pour vous-même. Partagez également le plan avec les grands-parents, les tuteurs et les baby-sitters.

Parlez au personnel de l'infirmerie

En raison de la COVID-19, l'école cet automne sera un peu différente. L'école de votre enfant pourra proposer des cours en présentiel, des cours à distance, ou les deux. Si votre enfant se rend à l'école, parlez avec le personnel de l'infirmerie scolaire de ses nécessités vis-à-vis de son asthme. Prenez les mesures suivantes pour aider votre enfant à être en sécurité à l'école :

- Remplissez les formulaires de santé dont l'école a besoin et précisez-y que votre enfant est asthmatique. Si l'asthme ne figure pas dans le dossier médical de votre enfant, ses symptômes d'asthme pourraient être confondus avec ceux de la COVID-19. Cela pourrait entraîner le renvoi de votre enfant à la maison.
- Remplissez et renvoyez les formulaires signés pour le traitement de l'asthme. Cela garantit que votre enfant pourra avoir accès à son inhalateur à l'école.
- Partagez le plan d'action contre l'asthme de votre enfant avec le personnel de l'infirmerie scolaire.
- Veillez à ce que l'infirmerie ait bien les médicaments contre l'asthme de votre enfant.
- Informez le personnel de l'infirmerie scolaire des déclencheurs de l'asthme de votre enfant et des moyens de les minimiser à l'école.
- Assurez-vous que l'école dispose des coordonnées des personnes à contacter en cas d'urgence.