

Le COVID-19 et l'asthme — Conseil de santé pour les personnes qui ont de l'asthme

Mis à jour le 12 mars 2020

À l'heure actuelle, l'[Agence de la santé publique du Canada \(ASPC\)](#) évalue le risque de maladie associé au COVID-19 comme étant faible pour la population du Canada, mais cela pourrait changer rapidement. Le risque de graves conséquences est accru pour les Canadiennes et Canadiens qui sont :

- âgés de 65 ans et plus
- immunodéficients
- atteints d'affections médicales sous-jacentes

Au fur et à mesure que la situation évolue à travers le monde, on peut trouver des informations d'actualité concernant la population du Canada sur le [site Web du gouvernement du Canada](#).

Vous vous demandez peut-être ce que le COVID-19 signifie pour vous ou pour les personnes qui sont proches de vous et ont de l'asthme. Toute infection respiratoire peut déclencher des symptômes d'asthme. La plupart des gens guérissent du COVID-19 après une période de repos pouvant aller jusqu'à 14 jours. Chez certains, la maladie a des conséquences plus graves et, dans de rares cas, elle peut être fatale. Les symptômes sont similaires à ceux de maladies beaucoup plus courantes, comme le rhume ou la grippe, et comprennent :

- la toux
- une forte température ou la fièvre
- des difficultés respiratoires

Le virus, qui peut être attrapé à n'importe quel âge, cause une maladie respiratoire. Les personnes souffrant de maladies chroniques sous-jacentes comme l'asthme, le diabète ou une défaillance cardiaque sont davantage à risque de subir de graves conséquences.

Asthme Canada recommande aux Canadiennes et Canadiens qui ont de l'asthme de se munir d'une quantité suffisante de médicaments pour une période de 30 jours afin de ne pas en manquer au cas où ils tomberaient malades.

Pour vous protéger et réduire le risque de symptômes d'asthme, suivez ces quelques mesures toute simples :

- Continuez à prendre votre médicament de contrôle quotidiennement ou de la façon prescrite. Cela réduira le risque de crise d'asthme dû à un virus respiratoire, dont le COVID-19.
- Ayez votre inhalateur de secours toujours sur vous, au cas où des symptômes d'asthme se manifesteraient.
- Surveillez attentivement vos symptômes et suivez votre plan d'action contre l'asthme, afin de les reconnaître et de les gérer, et de savoir quand il faut consulter un médecin ou obtenir une aide d'urgence.
- Si vous voyagez, gardez vos médicaments contre l'asthme dans votre bagage à main afin de pouvoir y accéder en tout temps. Apportez-en une provision supplémentaire, au cas où votre séjour se prolongerait. Ne manquez pas de consulter les conseils aux voyageurs et avertissements fournis sur le site Web du [gouvernement du Canada](https://www.gouvernement.ca)
- Prenez soin de vous. Reposez-vous beaucoup et buvez abondamment, et mangez des aliments nutritifs.
- Contactez le service de rappel de la ligne d'assistance téléphonique sur l'asthme et les allergies d'Asthme Canada pour parler à un éducateur certifié dans le domaine de l'asthme si vous avez des questions sur la façon de gérer votre asthme. Composez le 1 866 787-4050 ou écrivez à info@asthma.ca.

Voici quelques autres simples mesures que vous pouvez aussi prendre pour réduire le risque de contracter et de propager le COVID-19 :

- Lavez-vous bien les mains avec du savon et de l'eau pendant au moins 30 secondes.
- Restez à la maison si vous êtes malade. Encouragez les personnes autour de vous qui sont malades à rester chez elles jusqu'à la disparition des symptômes.
- Évitez tout contact rapproché avec des personnes malades.
- Évitez de vous toucher les yeux, le nez, les oreilles ou la bouche.
- Assurez-vous d'obtenir des renseignements fiables sur le COVID-19 de sources sûres. L'[Agence de la santé publique du Canada](https://www.santepublique.gc.ca) est une source fiable d'informations, tout comme le sont les autorités de santé publique provinciales et territoriales.