

La COVID-19 et l'asthme — Recommandations pour les personnes qui ont de l'asthme

Mis à jour le 7 avril 2020

À l'heure actuelle, l'[Agence de la santé publique du Canada \(ASPC\)](#) constate un risque accru de conséquences plus graves pour les Canadiennes et Canadiens qui sont :

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

On conseille aux Canadiennes et Canadiens d'éviter tout déplacement non essentiel

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](#). Ne manquez pas de vérifier l'information fournie par les autorités locales et provinciales de votre région.

Vous vous demandez peut-être ce que la COVID-19 signifie pour vous ou pour les personnes proches de vous qui ont de l'asthme. Toute infection respiratoire peut déclencher des symptômes d'asthme. La plupart des gens guérissent de la 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.

Recommandations concernant les médicaments

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.

Appelez votre médecin plusieurs jours avant que votre provision de médicaments ne s'épuise. Commandez-les à la pharmacie au moins une semaine à l'avance pour avoir la certitude de les obtenir.

Si votre médicament n'est pas disponible, votre médecin ou la pharmacie pourra vous recommander un traitement de remplacement. Il existe d'autres médicaments inhalés et oraux qui peuvent être utilisés. Votre pharmacien ou votre médecin devrait pouvoir vous conseiller sur le traitement alternatif qui vous convient le mieux en cas de pénurie.

Si votre ordonnance porte normalement sur *plus* de 30 jours de médicaments, votre pharmacie pourrait vous en délivrer que pour 30 jours afin d'éviter une pénurie due au fait que les gens font des réserves.

Parlez à votre médecin ou à votre pharmacien si vous avez des questions au sujet du manque de médicaments. Ne vous fiez pas à ce qui se dit sur Internet.

Toute modification apportée au renouvellement des ordonnances de 30 jours entraînera une hausse du nombre d'ordonnances et des frais d'exécution d'ordonnance. Toutefois, les gouvernements provinciaux et territoriaux établissent actuellement des limites pour compenser ce coût. Parlez à votre pharmacien du coût et de la facturation, ou consultez le ministère de la Santé de votre province.

Asthme Canada recommande aux Canadiennes et Canadiens qui ont de l'asthme de continuer de prendre leurs médicaments, sauf indication contraire de leur médecin, car cesser son traitement sans consulter est dangereux. N'interrompez pas ou ne modifiez pas votre traitement contre l'asthme parce que vous avez des inquiétudes au sujet de la COVID-19. Cela concerne aussi les produits biologiques.

Recommandations concernant la façon de gérer l'asthme

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 la 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.
- 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'Asthma 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 la COVID-19 :

- Pratiquez les mesures d'éloignement social/d'auto-surveillance/d'auto-isolément/d'isolement préconisées par l'Agence de la santé publique du Canada.
- Lavez-vous bien les mains avec du savon et de l'eau pendant au moins 30 secondes.
- Toussez ou éternuez dans un mouchoir ou dans le creux du coude, pas dans les mains.
- Évitez de vous toucher les yeux, le nez, les oreilles ou la bouche.
- Nettoyez et désinfectez fréquemment les objets et les surfaces touchés, tels que jouets, téléphones et poignées de porte. Lavez régulièrement les objets fréquemment touchés, tels que linge de lit et peluches.
- 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.
- Assurez-vous d'obtenir des renseignements fiables sur la COVID-19 de sources sûres. [L'Agence de la santé publique du Canada](https://www150.communiquescanada.ca/fr/actualites/202004/20200416-01) est une source fiable d'informations, tout comme le sont les autorités de santé publique provinciales et territoriales.