

# Prise en charge de l'asthme — Liste de contrôle des responsabilités pour les parents/tuteurs d'enfants/jeunes asthmatiques

Il revient aux parents/tuteurs de fournir des renseignements à jour sur l'asthme de leur enfant. Ils devraient le faire au début de chaque session/saison et lorsqu'il y a des changements concernant l'asthme de leur enfant.

Assurez-vous que votre enfant :

- connaît les déclencheurs courants d'asthme;
- reconnaît les symptômes d'aggravation de l'asthme et sait quand demander de l'aide;
- comprend l'importance de faire de l'activité physique;
- comprend l'importance de porter sur lui son médicament en tout temps;
- sait comment s'administrer son médicament.

La liste de contrôle des responsabilités qui suit indique les choses que vous pouvez faire pour contribuer à la gestion de l'asthme de votre enfant lorsqu'il participe à des programmes ou des activités :



## **1re étape : Établissez un processus pour indiquer que votre enfant est asthmatique.**

- Informez le programme et le personnel que votre enfant est asthmatique. À l'endroit indiqué sur le formulaire d'inscription, informez-les au sujet de l'asthme de votre enfant et des médicaments contre l'asthme auxquels il a recours.
- Songez à faire porter à votre enfant un bracelet MedicAlert™ ou autre accessoire semblable pour indiquer qu'il est asthmatique.



## **2e étape : Assurez-vous que votre enfant a facilement accès à son médicament contre l'asthme.**

- Remplissez et retournez les formulaires médicaux/administratifs requis.
- Si votre enfant peut utiliser lui-même son inhalateur, assurez-vous :
  - » que son inhalateur de soulagement (généralement bleu) est facilement accessible en tout temps (l'inhalateur doit être à sa portée en tout temps);
  - » qu'il sait quand utiliser l'inhalateur et comment le faire correctement.
- Assurez-vous que l'inhalateur est conservé dans un endroit accessible pour qu'il soit à portée de main en tout temps.
- Si le personnel doit aider votre enfant à utiliser son inhalateur, renseignez-le sur la bonne manière d'administrer le médicament (inhalateur) et passez en revue la technique avec le personnel qui s'occupe de votre enfant.
- Préparez votre enfant pour les événements, excursions et activités hors site et discutez des problèmes possibles avec le personnel responsable. N'oubliez pas d'envoyer l'inhalateur de soulagement (généralement bleu) de votre enfant pour qu'il soit apporté lors de l'excursion. S'il s'agit d'une sortie d'une nuit, n'oubliez d'envoyer également son médicament de contrôle, si prescrit.
- Assurez-vous que votre enfant sait comment et quand utiliser de façon sécuritaire son médicament contre l'asthme. Assurez-vous que le nom de votre enfant est inscrit sur son médicament et que celui-ci :
  - » ne partage pas son médicament avec d'autres personnes;
  - » sait quand son inhalateur est épuisé et qu'il en a besoin d'un nouveau;
  - » vous avise (parent/tuteur) chaque fois qu'il a recours à son médicament;
  - » avise un membre du personnel qu'il est capable de s'administrer lui-même son médicament ou qu'il a besoin d'aide pour le faire.



### **3e étape : Établissez des procédures à suivre pour gérer un cas d'asthme qui s'aggrave.**

- Remplissez et retournez au programme le *Plan de prise en charge de l'asthme* pour votre enfant. Ce formulaire devrait contenir une photo de votre enfant, les coordonnées des personnes à contacter en cas d'urgence, des renseignements sur les déclencheurs connus de l'asthme de votre enfant et sur son médicament de soulagement (y compris où le trouver), ainsi que de l'information sur la façon de reconnaître les symptômes d'asthme et de prendre en charge un cas d'asthme qui s'aggrave ou une crise d'asthme. La photo (dimension approximative — 2" x 2,5") devrait être récente, et l'on devrait y voir la tête et les épaules de votre enfant. Ce formulaire sera affiché (avec votre permission) dans la salle du personnel, la salle de santé ou tout autre endroit approprié.
- Remettez à l'enseignant/entraîneur/animateur de loisirs une copie du *Plan de prise en charge de l'asthme* que vous avez rempli pour qu'il sache quels sont les déclencheurs d'asthme affectant votre enfant, les médicaments auxquels il a recours, et quoi faire si l'asthme de votre enfant s'aggrave.
- Passez en revue avec votre enfant son *Plan de prise en charge de l'asthme* et expliquez-lui comment prévenir et gérer ses symptômes d'asthme.



### **4e étape : Identifiez et réduisez les déclencheurs courants d'asthme de votre enfant.**

- Discutez avec l'animateur/entraîneur/personnel des déclencheurs qui affectent votre enfant.



### **5e étape : Encouragez votre enfant à faire de l'activité physique et à participer à des activités récréatives et des sports de compétition.**

- Discutez avec votre enfant des bienfaits de faire de l'activité physique et de participer à des activités récréatives. Ne laissez pas l'asthme de votre enfant être un obstacle à ce qu'il soit actif.



### **6e étape : Offrez des occasions au personnel, aux entraîneurs, aux autres parents/tuteurs et aux bénévoles de se renseigner sur l'asthme.**

- Devenez un champion de la lutte contre l'asthme et discutez avec les membres du personnel pour faire en sorte qu'ils soient en mesure d'aider votre enfant et pour créer un milieu attentif à l'asthme.