
INFORMATIONS CORONAVIRUS / ASTHME et ALLERGIES

Les recommandations des pneumologues et des allergologues

Les réponses aux questions posées par les patients et leur entourage

Communiqué du 22 Avril 2020

Depuis le début de l'épidémie de Coronavirus, l'Association Asthme & Allergies diffuse des Communiqués régulièrement mis à jour pour faire le point sur les **risques encourus par les personnes asthmatiques et/ou allergiques**, et apporter des réponses aux questions les plus fréquemment posées au **Numéro Vert Asthme & Allergies Infos Service 0800 19 20 21**.

Ces **questions-réponses** sont également mises en ligne sur son site www.asthme-allergies.org

Pour lutter contre les **idées reçues** qui perdurent et les nombreux **messages erronés** qui continuent de circuler dans les médias, l'Association Asthme & Allergies a rassemblé les **recommandations des structures référentes de la Pneumologie et de l'Allergologie** (Société de Pneumologie de Langue Française, Société Pédiatrique de Pneumologie et Allergologie, Société Française d'Allergologie, Fédération Française d'Allergologie).

ASTHME/ALLERGIES et CORONAVIRUS : CROYANCES et IDÉES REÇUES DANGEREUSES

En France, on déplore encore près de **1.000 décès par an dus à l'asthme**, presque tous évitables ! Une grande proportion de ces décès est due à l'**aggravation des symptômes d'asthme liée à l'interruption du traitement de fond**. L'absence de symptômes conduit trop souvent les patients asthmatiques à arrêter leur traitement par corticoïdes inhalés de leur propre initiative et à se contenter - à tort - de prendre le traitement d'urgence (bronchodilatateur de courte durée d'action) quand ils sont gênés pour respirer. **A l'arrêt du traitement de fond (corticoïdes inhalés) l'inflammation des bronches réapparaît** lentement, d'abord à bas bruit **sans symptômes**, puis **insidieusement avec des symptômes de plus en plus importants**, jusqu'à une crise qui peut **mettre en danger la vie** du patient.

LES CORTICOÏDES INHALES, pierre angulaire du TRAITEMENT de FOND de l'ASTHME doivent impérativement être poursuivis. Les pneumologues et les allergologues sont unanimes : tout patient asthmatique ayant un traitement de fond par **corticoïdes inhalés** doit le maintenir, même en période de pandémie au Covid-19.

Société de Pneumologie de Langue Française : La Société de Pneumologie de Langue Française tient à souligner que les personnes souffrant d'une maladie respiratoire chronique (asthme, BPCO, autre) qui reçoivent un traitement par corticoïde inhalé ou oral ne doivent pas l'interrompre sans l'avis de leur pneumologue ou de leur médecin traitant, au risque de déstabiliser leur maladie. <http://splf.fr/wp-content/uploads/2020/03/communiquede-presseSPLF-2020-03-15.pdf>

Société Pédiatrique de Pneumologie et Allergologie : pas d'arrêt des traitements de fond (de tous les jours) à base de corticoïdes. L'arrêt des corticoïdes inhalés exposerait à la survenue d'une crise d'asthme. L'arrêt des corticoïdes oraux exposerait à une rechute de votre maladie respiratoire si elle nécessite ce type de traitement de fond. https://www.sp2a.fr/spa_actualites/comment-gerer-le-traitement-par-corticoïdes-chez-votre-enfant-atteint-dune-maladie-respiratoire-chronique-2/

Contact-Press Association ASTHME & ALLERGIES :

Marie-Caroline LAFAY tél : 06 16 56 46 56 mclafay@gmail.com

Société Française d'Allergologie : Les traitements indispensables de l'allergie respiratoire sont les antihistaminiques dans la rhinite, mais également les traitements permettant de contrôler l'inflammation et notamment les corticoïdes locaux inhalés pour l'asthme et/ou au niveau du nez pour la rhinite. Le contrôle de ces maladies allergiques est essentiel pendant l'épidémie de COVID-19. Il est donc nécessaire de poursuivre tous ces traitements en période épidémique de COVID-19 afin de garder le contrôle des maladies allergiques respiratoires.

Tous les traitements de fond de l'asthme doivent être maintenus pendant la période de l'épidémie et adaptés pour que l'asthme soit parfaitement contrôlé, Notamment, le traitement de fond par corticoïdes inhalés. La corticothérapie orale au long cours doit comme habituellement être maintenue à la dose minimale efficace pour contrôler l'asthme et doit être poursuivie si elle est nécessaire pour conserver un bon contrôle de l'asthme.

https://www.dropbox.com/s/zd7y0a4nnszm9xt/G2A%20covid%20et%20asthme_CRISALIS.pdf?dl=0

Fédération Française d'Allergologie : tous les asthmatiques sont invités à poursuivre la prise de leur traitement par corticoïdes inhalés. Il est indispensable pour les patients asthmatiques de continuer à se traiter pour que leur maladie soit contrôlée. La FFA souhaite également rassurer les asthmatiques sur le fait que l'asthme n'est pas un facteur de risque de développer des formes plus sévères de COVID-19 les conduisant en réanimation, si l'asthme est bien contrôlé notamment par les corticoïdes inhalés. <https://syfal.net/2020/03/13/covid19-et-asthme-precisions-de-la-federation-francaise-dallergologie/>

RAPPELS IMPORTANTS :

LES BRONCHODILATEURS inhalés, indispensables pour soulager les symptômes d'ASTHME doivent être pris en cas de CRISE, et doivent être RENFORCÉS en cas de CRISE PLUS IMPORTANTE que d'HABITUDE, avec appel au 15 en cas d'aggravation.

Une personne asthmatique qui n'a pas les symptômes du Covid-19 doit impérativement poursuivre son traitement de fond habituel (corticoïde inhalé). S'il ressent un essoufflement ou une gêne respiratoire anormale : prendre son bronchodilatateur sans attendre et renouveler plusieurs fois les bouffées si nécessaire (jusqu'à 10 bouffées toutes les 20 minutes). Si pas d'amélioration ou si aggravation des signes > **appeler le 15**. Ces recommandations s'adressent à tous les asthmatiques, y compris hors période d'épidémie Covid-19, lorsque survient une crise, plus importante qu'à l'accoutumée. Ne pas se rendre à l'hôpital par ses propres moyens, mais attendre les secours.

Consulter la rubrique « Jamais banale, une crise d'asthme peut être une urgence vitale, demandez votre carte "crise d'asthme - agir !" » : sur le site internet de l'Association Asthme & Allergies : <https://asthme-allergies.org/asthme/#1492184100579-a5437e54-0e20>

Recommandations pour les personnes asthmatiques **sans** symptômes de Coronavirus :

Au cours des derniers jours / dernières semaines :

. si le recours au bronchodilatateur a été nécessaire plus souvent que d'habitude,

. s'il est arrivé d'être réveillé la nuit par une gêne respiratoire,

ces signes montrent que l'asthme n'est pas contrôlé et que l'état respiratoire se dégrade. Il faut absolument consulter le médecin traitant ou le pneumologue. En cas d'urgence : crise que ne passe pas malgré le bronchodilatateur, essoufflement inhabituel, oppression, gêne respiratoire importante > **appeler le 15**.

Une personne asthmatique et/ou allergique qui présente des symptômes du Covid-19 (fièvre, toux, maux de tête, perte du goût ou de l'odorat) doit joindre son pneumologue ou son médecin pour avis.

Dans l'attente de la consultation (ou téléconsultation) : prendre son bronchodilatateur sans attendre et renouveler plusieurs fois les bouffées si nécessaire (jusqu'à 10 bouffées toutes les 20 minutes). S'il ressent une dégradation de ses capacités respiratoires, une oppression thoracique, un essoufflement important > **appeler le 15**.

Pour tous renseignements sur les médicaments (autorisés/non-autorisés) en période de Coronavirus :
<https://www.covid19-medicaments.com/>

En cette période de pandémie, outre la question des traitements médicamenteux, de nombreuses attitudes reposant sur des CROYANCES et des IDÉES REÇUES aboutissant à des COMPORTEMENTS NÉFASTES METTENT EN DANGER les malades :

LES HUILES ESSENTIELLES, ASSAINISSANTS, ENCENS, DESODORISANTS sont strictement à proscrire car ils sont irritants et potentiellement allergisants

A tout moment, même hors période de pandémie, les huiles essentielles, qu'elles soient brûlées pour "assainir l'air" ou désodoriser, appliquées sur la peau ou utilisées pour confectionner des produits ménagers sont **potentiellement dangereuses** car sources d'irritation, particulièrement chez les personnes allergiques ou asthmatiques. Elles peuvent en effet déclencher une irritation des bronches, une gêne respiratoire, voire de franches crises d'asthme. A long terme, les pneumologues et les allergologues voient arriver au cabinet ou à l'hôpital des malades dont les symptômes ont été déclenchés par ces pratiques.

Même chose pour les encens, papier d'Arménie, lampes Berger, bougies, parfums d'ambiance, désodorisants et autres substances équivalentes : aucun n'a démontré une quelconque preuve scientifique ou médicale d'efficacité, mais bien pire : ils sont irritants voire allergisants. Contrairement aux idées reçues, tout ce qui est "naturel" n'est pas dénué de danger potentiel. **En conclusion : tous sont à proscrire si l'on est allergique et/ou asthmatique.**

Ces derniers jours, les appels au Numéro Vert Asthme & Allergies Infos Service pointent l'inquiétude qui perdure à propos des symptômes : COMMENT NE PAS CONFONDRE LES SYMPTÔMES RESPIRATOIRES DU COVID-19 AVEC CEUX D'UNE CRISE D'ASTHME ?

Comment différencier les SYMPTÔMES d'ASTHME/ALLERGIES et ceux du CORONAVIRUS

Dans le cas de l'asthme, les symptômes courants sont : essoufflement, difficultés à respirer, toux.

En principe, ces symptômes sont rapidement soulagés par l'inhalation d'un bronchodilatateur.

En aucun cas l'asthme n'a pour symptômes : fièvre, maux de tête, perte du goût ou de l'odorat, fatigue très importante, ce qui est fréquemment le cas en revanche si l'on a contracté le Covid-19.

Un autre élément important est le caractère inhabituel des symptômes : si on a l'impression que la toux ou que la gêne respiratoire n'est pas comme d'habitude, il ne faut pas hésiter à contacter son médecin ou son pneumologue.

Dans le cas des allergies, les symptômes courants sont : rhinite et conjonctivite. Il peut y avoir une gêne respiratoire associée, équivalente à de l'asthme (sifflements dans la poitrine, toux plutôt sèche, pouvant se manifester la nuit, qui augmente avec le rire, à l'exercice... C'est une manifestation respiratoire de l'allergie la plupart du temps améliorée par l'inhalation d'un bronchodilatateur.

En aucun cas les allergies n'ont pour symptômes : fièvre, maux de tête, perte du goût ou de l'odorat, fatigue très importante, ce qui est fréquemment le cas en revanche si l'on contracté le Covid-19.

Les personnes allergiques (pollens, poils d'animaux, acariens...) doivent prendre leur antihistaminique habituellement prescrit, ou demander conseil au pharmacien, habilité à délivrer sans ordonnance un tel traitement. Actuellement, en période de confinement, les médecins généralistes, allergologues et pneumologues continuent d'assurer leurs consultations à distance, et recommandent aux patients de ne pas attendre pour prendre rendez-vous si le besoin s'en fait ressentir.

QUESTIONS-RÉPONSES fréquemment posées au Numéro Vert **Asthme & Allergies Infos Service** (nouvelles Q/R - mise à jour du 22.04.2020)

Allergie et infection Covid-19 ont-ils des symptômes communs ? Comment les différencier ?

Rhinite et toux sont des symptômes communs à ceux du Covid-19 et à l'allergie. De plus, la période de cette épidémie coïncide avec la saison pollinique des arbres, ce qui peut entraîner le déclenchement des deux pathologies. Toutefois il existe le plus souvent un contexte aidant au diagnostic: d'une part des signes positifs en faveur d'une allergie : la saisonnalité, la similarité des symptômes avec ceux ressentis les années précédentes, les démangeaisons au niveau des yeux ou du nez, mais surtout est en faveur d'une allergie l'absence d'autres signes plus typiques du Covid-19 : l'anosmie (perte de l'odorat) agueusie (perte du goût) sans obstruction nasale (nez bouché), la fièvre, les douleurs musculaires, les maux de tête, les frissons, la toux sévère, les douleurs dans la poitrine, l'essoufflement, les signes digestifs (diarrhées, nausées), la perte d'appétit, etc.

Quelle différence entre l'anosmie (perte d'odorat) brutale en cas d'infection Covid-19 et la perte d'odorat des rhinites allergiques ?

La perte ou diminution de l'odorat avec obstruction nasale (nez bouché) en cas d'allergie est bien connue et reconnue par les patients allergiques habitués à leurs symptômes. L'anosmie (perte de l'odorat), l'agueusie (perte du goût) sans obstruction nasale n'existent pas dans l'allergie et peuvent donc signifier qu'on a contracté le Covid-19. En cas de doute, il faut impérativement rechercher l'existence ou l'absence d'obstruction à l'interrogatoire (en vidéo-consultation, on peut si besoin faire un test avec un miroir positionné horizontalement sous les narines, la présence de buée en expirant par le nez montre que l'obstruction n'est pas totale). L'équation à retenir est : agueusie/anosmie sans obstruction = Covid-19

- J'ai des allergies aux pollens, et en ce moment j'ai la sensation d'avoir les bronches qui me brûlent. Pourquoi ?

Quand on parle d'allergies aux pollens, on entend symptômes de rhinite avec des éternuements, le nez qui coule, qui gratte, les yeux qui pleurent. Si les bronches brûlent, c'est lié soit à un asthme associé aux allergies, soit à une toux liée à une infection par le Coronavirus. De plus, il est possible que l'anxiété liée à l'épidémie de Covid-19 majore les sensations respiratoires de type brûlures, sensation d'étouffement, etc. Le Covid-19 donne une toux en début d'infection. Et surtout de la fièvre, même si elle n'est pas très élevée, c'est un des signes présents dans 99 % des cas de Covid-19 symptomatique. Les allergies aux pollens peuvent aussi donner de la toux, des crises d'asthme, mais jamais de fièvre. Pour lever le doute, le mieux est d'en discuter avec l'allergologue ou le médecin traitant.

- Chaque année au printemps, j'ai des allergies, avec le nez qui coule et des difficultés pour respirer. Mais là, c'est plus important que d'habitude. Est-ce dû à l'épidémie de Coronavirus ?

NON clairement NON, c'est dû au fait qu'il fait très beau et chaud depuis le début du confinement, et qu'il y a donc à une pollinisation accrue par rapport à d'autres printemps. C'est aussi dû au fait que toutes les personnes qui ont un jardin passent du temps dehors tous les jours, beaucoup plus que lorsqu'ils vont au travail ou à l'école.

- L'année dernière, j'ai eu des allergies de printemps avec un traitement antihistaminique. Cette année ça recommence. Est-ce que je dois reprendre des médicaments ?

OUI bien entendu. Si les symptômes liés aux pollens sont de nouveau présents, il FAUT prendre son traitement antihistaminique, gouttes nasales et oculaires si besoin, et son traitement inhalé pour l'asthme si on est atteint au niveau bronchique. Il n'y a aucune contre-indication à prendre ces traitements, bien au contraire. Cela ne protège pas du Coronavirus, mais ça calme les symptômes et ça protège les bronches.

- Je vais devoir reprendre le travail après le 11 mai. Est-ce qu'à cause de mon asthme je suis davantage "à risque" que les autres ?

Il n'est pas possible d'apporter une réponse tranchée : cela dépend de votre âge, de votre traitement de fond, de l'importance de vos symptômes, des résultats de vos mesures du souffle.

- J'ai un asthme sévère et j'ai parfois dû aller à l'hôpital pour des crises graves. Mon fils va reprendre le collège après le 11 mai. Il risque de ramener le Coronavirus à la maison. Est-ce dangereux pour moi ? Comment m'en protéger ?

Oui en effet, le risque n'est pas chiffrable mais la reprise du collège augmente la possibilité qu'il soit contaminé. Les mesures barrières sont indispensables au collège lors de la reprise des cours (masques, distanciation sociale en cours et à la cantine, lavages des mains ...) et au domicile à son retour des cours. Il est très important que votre asthme soit équilibré, et vous devez demander conseil à votre médecin au moindre doute.

- Je suis allergique et asthmatique. J'ai attrapé le Coronavirus il y a 3 semaines. Ça va bien maintenant, mais j'ai toujours "mal aux bronches". Est-ce dû à mon asthme ?

La persistance des douleurs peut être liée à une réactivité bronchique anormale susceptible de perdurer plusieurs semaines après l'infection à Coronavirus, ou à une poussée de votre asthme après cette infection. Il faut contacter votre médecin pour en discuter avec lui et décider de la conduite à tenir.

L'Association Asthme & Allergies met en ligne régulièrement sur son site www.asthme-allergies.org des informations mises à jour ainsi que des réponses aux questions les plus fréquemment posées.

Son Numéro Vert Asthme & Allergies Infos Service 0800 19 20 21 bien que parfois saturé, s'efforce de répondre au mieux aux inquiétudes des personnes asthmatiques et/ou allergiques.

Elle répond également aux questions par mail : contact@asthme-allergies.asso.fr



L'association Asthme & Allergies est une association à but non lucratif, régie par la loi 1901, dont les principaux objectifs sont d'informer et soutenir les patients asthmatiques ou allergiques, les parents, ainsi que les médecins et les professionnels de santé. Les supports et moyens utilisés pour délivrer l'information sont variés : brochures gratuites, Newsletter, site internet, Numéro Vert d'information (appel gratuit), aide aux associations de patients, coordination d'actions lors de la Journée Mondiale de l'Asthme, de la Journée Française de l'Allergie, etc.

ASTHME & ALLERGIES INFOS SERVICE :

N° Vert 0 800 19 20 21

Site : www.asthme-allergies.org Facebook : www.facebook.com/associationasthmeetallergies

Association Asthme & Allergies - 8 Rue Tronson du Coudray - 75008 PARIS

Contact-Press Association ASTHME & ALLERGIES :
Marie-Caroline LAFAY tél : 06 16 56 46 56 mclafay@gmail.com