

---

## INFORMATIONS CORNAVIRUS / ASTHME

### Les recommandations des pneumologues

### Les réponses aux questions posées par les patients et leur entourage

---

13 mars 2020

Depuis quelques jours, les appels au **Numéro Vert Asthme & Allergies Infos Service 0800 19 20 21** se sont intensifiés et l'inquiétude des appelants est nettement palpable. **L'Association Asthme & Allergies** fait le point sur les risques encourus par les asthmatiques face à l'épidémie de Coronavirus et apporte ses réponses aux nombreuses questions posées par les patients et leurs familles.

**Les informations ci-dessous, validées par les pneumologues de l'Association Asthme & Allergies, apportent un éclairage utile. Le Numéro Vert Asthme & Allergies Infos Service 0800 19 20 21 est à la disposition du public, tout au long de l'année et particulièrement en cette période.**

Dans son allocution du 12 Mars 2020, le Président de la République Emmanuel Macron a clairement précisé : **"Je demande à toutes les personnes âgées de plus de 70 ans, à celles et ceux qui souffrent de maladies chroniques ou de troubles respiratoires, aux personnes en situation de handicap, de rester autant que possible à leur domicile"**

De plus, *"pour notre intérêt collectif, dès lundi et jusqu'à nouvel ordre, les crèches, les écoles, les collèges, les lycées et les universités seront fermées. Fermés pour une raison simple : nos enfants et nos plus jeunes, selon les scientifiques, sont celles et ceux qui propagent, semble-t-il, le plus rapidement le virus"*.

Cette épidémie de coronavirus soulève un nombre important de questions et d'inquiétudes chez les personnes asthmatiques. L'asthme est moins cité dans les pathologies chroniques à risque que le diabète, l'hypertension artérielle ou l'insuffisance cardiaque. Pourtant l'asthme touche **7 à 8%** de la population générale, ce qui en fait une des maladies chroniques les plus fréquentes en France.

Afin de mieux mesurer **les risques liés à cette épidémie chez les patients asthmatiques** on peut s'appuyer sur les données chinoises publiées en janvier puis plus récemment en Mars dans *The Lancet* (9 mars 2020) qui confirment que **le taux de mortalité moyen reste faible** aux alentours de 2% (toutefois supérieur à celui de la grippe saisonnière autour de 0,1%).

Les personnes âgées (notamment âgées de plus de 80 ans) ou déjà atteintes d'une autre maladie comme le diabète, l'insuffisance cardiaque ou l'hypertension artérielle sont les plus vulnérables face à l'épidémie de coronavirus qui fait par ailleurs davantage de victimes chez les hommes que les femmes. Les enfants sont globalement peu touchés, comme les adultes jeunes de moins de 40 ans avec un taux de mortalité à 0,2%. A l'inverse des autres épidémies virales, il n'est pas noté pour l'instant de surmortalité chez les nourrissons ou chez les enfants de moins de 5 ans. **D'une manière générale plus de 80% des cas sont totalement bénins.**

Il est connu depuis longtemps que **virus et asthme ne font pas bon ménage**. Les médecins recommandent d'ailleurs à leurs patients asthmatiques de se faire vacciner chaque année contre la grippe.

**Les données chinoises actuelles montrent clairement une mortalité chez les patients insuffisants respiratoires ou BPCO et chez les asthmatiques atteints par le coronavirus par rapport à la population générale.** Néanmoins, aucune donnée n'est disponible sur le niveau de contrôle des symptômes d'asthme de ces patients avant l'infection par le coronavirus. Or on sait que le bon contrôle des symptômes limite les **risques de présenter une poussée inflammatoire d'asthme en cas d'infection virale.**

**Il est donc très important de ne pas arrêter son traitement de fond contre l'asthme, afin de maintenir un bon contrôle des symptômes.** On entend beaucoup dire qu'il faut absolument éviter de prendre de la **cortisone** pour limiter le risque d'une infection grave à coronavirus. C'est vrai pour la population générale mais c'est une affirmation à relativiser chez le patient asthmatique. **Le traitement de fond de l'asthme repose sur les corticoïdes inhalés** qui permettent de contrôler l'inflammation bronchique, les symptômes et de diminuer les exacerbations d'asthme. Il est donc très important de le poursuivre. **Par contre en cas de toux, de gêne respiratoire et de fièvre il est, en ce moment, indispensable de prendre avis auprès de son médecin avant de débiter un traitement de cortisone par voie orale.** Il faut prendre avis (appel au 0 800 130 000 ou au 15 pour instructions) parce qu'il est recommandé de ne pas se précipiter chez son médecin ou aux urgences.

**Les personnes asthmatiques doivent éviter la transmission du coronavirus par des gestes barrières simples**

Le coronavirus se transmet par le contact et les gouttelettes. Aucun cas de transmission materno-foetale n'a été rapporté. Il faut donc éviter de serrer la main ou de faire la bise à quelqu'un de malade. On peut utiliser régulièrement un gel hydro-alcoolique mais plus simplement se laver les mains au savon pour éviter la transmission, éternuer ou tousser dans son coude ou dans un mouchoir. Mais ce sont des mesures habituelles en hiver au moment de l'épidémie de grippe. Les masques doivent être portés en cas de suspicion pour éviter de contaminer vos proches. Mr Emmanuel Macron a rappelé l'importance de ces gestes simples : *"Chacun a son rôle à jouer. Je compte sur vous pour respecter les consignes qui sont et seront données par les autorités et en particulier ces fameux gestes barrières contre le virus. Elles sont aujourd'hui encore trop peu appliquées. Cela veut dire se laver les mains suffisamment longtemps avec du savon ou avec des gels hydroalcooliques. Cela veut dire saluer sans embrasser ou serrer la main pour ne pas se transmettre le virus. Cela veut dire se tenir à distance d'un mètre. Ils peuvent apparaître anodins. Ils sauvent des vies"*.

**Les personnes asthmatiques n'ont pas plus de risques d'être contaminées par le COVID-19 que le reste de la population à condition que l'asthme soit bien contrôlé. En revanche, elles ont davantage de risques de développer des complications respiratoires en cas de contamination.**

**Il est primordial de respecter les précautions et les conseils donnés à la population générale afin de limiter le risque de contamination, et de poursuivre le traitement de fond afin de maintenir un bon contrôle des symptômes.**

En cas de contact avec une personne atteinte du COVID-19, la recommandation est de surveiller les symptômes - l'apparition d'une fièvre, de courbatures ou de toux, justifie l'appel du SAMU (15) - mais aussi d'éviter de se rendre dans les salles d'attentes bondées des urgences hospitalières. **En cas de toux et de fièvre même en l'absence de contact, la consigne est également de rapidement prendre un avis auprès d'un médecin par téléconsultation ou d'appeler le 15.**

***Je suis asthmatique, j'ai été hospitalisée pour une crise grave il y a 3 mois. J'ai entendu dire que les enfants porteurs du Coronavirus pouvaient être asymptomatiques. Est-ce que mes petits-enfants peuvent quand même venir me rendre visite ?***

On sait que les personnes âgées sont plus fragiles et susceptibles de présenter des formes plus graves. La mortalité est plus élevée que chez les patients plus jeunes (0,2% pour les moins de 40 ans). Il est donc plus prudent de décaler la visite de vos petits-enfants afin de vous protéger d'une éventuelle contamination. D'autant qu'il existe un niveau d'inflammation des bronches plus important compte tenu de la crise sévère datant de seulement 3 mois qui vous rend encore plus fragile.

***Je n'ai pas vu mon pneumologue depuis un an. Faut-il que je prenne rendez-vous pour renforcer mon traitement et demander une ordonnance pour des masques ?***

Si l'asthme est bien contrôlé, c'est-à-dire qu'il n'y a pas de gêne respiratoire (toux, essoufflement), pas de crise récente, il n'est pas nécessaire de consulter son pneumologue. Il est important de continuer à prendre son traitement de l'asthme tous les jours en suivant la prescription de son médecin. Le port d'un masque est recommandé aux personnes ayant des symptômes comme des difficultés respiratoires, toux, essoufflement) pour protéger les autres. Il est aussi recommandé aux personnes en contact avec des malades susceptibles d'être atteints du COVID-19.

Il existe plusieurs types de masques :

- Les masques chirurgicaux qui évitent de diffuser les virus respiratoires et de contaminer l'entourage. Ils ne constituent pas une protection pour éviter d'être contaminé et n'ont pas d'intérêt pour les personnes non malades.
- Les masques de type FFP2 ou FFP3 : ces masques sont réservés aux professionnels de santé.

***Asthmatique, je travaille dans un lycée où je suis en contact avec de nombreux élèves. Faut-il que je continue d'aller travailler ?***

Jusqu'au 11 mars il n'y avait pas de mesures de confinement sauf dans des zones de circulation intense du virus (Haut-Rhin). Depuis l'allocution du président de la République en date du 12 Mars cette question a maintenant une réponse différente puisque " *pour notre intérêt collectif, dès lundi 16 Mars et jusqu'à nouvel ordre, les crèches, les écoles, les collèges, les lycées et les universités seront fermées. Fermés pour une raison simple : nos enfants et nos plus jeunes, selon les scientifiques, sont celles et ceux qui propagent, semble-t-il, le plus rapidement le virus. "Les transports publics seront maintenus, car les arrêter, ce serait tout bloquer, y compris la possibilité de soigner."*

Cela dit la fermeture des lycées n'a pas été décidée parce que ces lieux sont plus dangereux que d'autres, mais pour freiner au maximum la progression du virus. N'oubliez pas qu'il est important de continuer à prendre votre traitement de fond habituel pour l'asthme, et de respecter les recommandations simples et essentielles : *se laver les mains suffisamment longtemps avec du savon ou avec des gels hydroalcooliques, et saluer sans embrasser ou serrer la main.*

***J'ai de l'asthme. Est-ce prudent d'aller voter aux municipales ?***

À ce jour, les élections municipales prévues les 15 et 22 mars seront maintenues. Pour limiter les risques de contagion, des consignes d'hygiène et d'aménagement des bureaux de vote ont été formulées par le gouvernement : les bureaux devront être nettoyés avant et après chaque tour et les tables, isolements et urnes devront l'être plusieurs fois par jour, tout comme les machines à voter. Les locaux devront être aérés et un point d'eau sera prévu pour se laver les mains ou, à défaut, du gel hydro-alcoolique.

Par ailleurs, les demandes de procuration seront facilitées. C'est peut-être une solution pour les personnes âgées ou fragiles ou vivant dans les régions touchées. Vous pouvez donc aller voter en respectant ces précautions.

***Nous organisons une réunion de copropriété dont certains propriétaires sont asthmatiques, dans une salle communale où il y a beaucoup de passage. Quelles sont les précautions à prendre ? Comment désinfecter la salle avant notre réunion pour rassurer les propriétaires ?***

Actuellement, aucune mesure stricte n'a été instaurée, interdisant ce type de réunion. Néanmoins, s'il n'y a pas de point urgent à l'ordre du jour, le plus sage est certainement de la reporter à une date ultérieure. Si la date doit absolument être maintenue, il faut envisager des aménagements : réunion par téléphone ou visioconférence, échanges par mails, etc. Si la réunion doit néanmoins avoir lieu dans une salle, il convient d'appliquer les recommandations limitant les contacts rapprochés (pas d'embrassades, d'accolades...) et il serait raisonnable de proposer à chacun en début de réunion de se désinfecter les mains avec une solution hydro-alcoolique, de veiller à ne pas échanger les stylos, etc. S'il s'agit d'une salle communale, les services de la mairie peuvent certainement vous indiquer la marche à suivre, voire mettre à votre disposition des produits de nettoyage désinfectants pour les surfaces (tables, sièges, poignées de portes...).

***Asthmatique, je dois effectuer des déplacements en province. Est-il conseillé de prendre l'avion même si je n'ai pas de symptômes***

Bien qu'il n'y ait actuellement aucune restriction imposée par les services de santé français, le bon sens impose de différer vos voyages si vous le pouvez. Dans le cas contraire, les mesures de précautions qui ont été communiquées par les autorités doivent être appliquées : utiliser si possible un masque (afin de protéger les autres, pour le cas où vous seriez porteur du virus), se nettoyer les mains avec un gel hydro-alcoolique. Tous les asthmatiques ne sont pas exposés de la même manière au risque, selon le type et le degré de sévérité de l'asthme : un asthme non-contrôlé est plus à risque qu'un asthme équilibré.

***Travaillant en open-space, nous sommes deux collaborateurs à être asthmatiques. Nous voulons que les locaux soient plus souvent nettoyés et que des mesures de désinfection soient mises en place. La direction résiste. Quels sont les recours ?***

Le mieux est probablement de contacter le médecin du travail qui pourra rédiger un avis sur votre feuille d'aptitude. Vous pouvez prendre rendez-vous avec lui sans que votre employeur soit au courant. Si les propositions du médecin du travail ne sont pas respectées par l'employeur, il pourra se déplacer et venir constater le manquement. L'employeur est sensé adapter le poste de travail au salarié lorsque celui-ci présente des problèmes de santé. Vous pouvez également contacter votre Comité d'Hygiène et de Sécurité (s'il y en a un dans votre entreprise). Cependant, ces actions prennent du temps. Essayez, avec votre collègue, de reprendre rendez-vous avec votre employeur pour lui expliquer de nouveau votre situation et le convaincre du bien-fondé de votre demande. Peut-être ne connaît-il pas bien l'asthme et ses répercussions dans la vie quotidienne. Vous pouvez télécharger sur le site de l'Association Asthme & Allergies, la brochure « Asthme, une maladie à prendre au sérieux » et la lui faire lire ([www.asthme-allergies.org](http://www.asthme-allergies.org) onglet Nos actions > Services > Télécharger nos brochures). Enfin, si votre activité le permet, peut-être pouvez-vous lui proposer du télétravail pendant la durée de l'épidémie de Coronavirus.

***Mon pneumologue consulte à l'hôpital. Afin d'éviter le contact avec des personnes malades, dois-je repousser ma consultation et attendre la fin de l'épidémie***

Il convient de demander l'avis de votre pneumologue ou du secrétariat de consultation. Pour une consultation non urgente, il vous sera probablement conseillé de décaler votre rendez-vous à une date ultérieure si vous vivez dans l'une des régions touchées.

***Les personnes asthmatiques doivent-elle porter un masque pour éviter d'attraper le coronavirus. Doivent-elles rester à la maison pour éviter les contacts ?***

Non, le masque ne doit pas être porté pour ne pas attraper le coronavirus, mais il doit être porté afin de ne pas contaminer les autres. Pour le moment, aucune mesure de confinement n'a été instaurée pour les asthmatiques. En revanche les personnes âgées doivent limiter les contacts.

***Dans l'émission « Le magazine de la santé » (spécial coronavirus) du 10/03/2020 sur France 5, trois médecins nous disent que les corticoïdes sont à bannir absolument.***

Il ne faut surtout pas arrêter vos corticoïdes **inhalés**. Le meilleur moyen de bien traverser l'épidémie est en effet d'avoir un asthme contrôlé. Les corticoïdes inhalés ne baissent pas les défenses immunitaires chez les personnes asthmatiques aux doses habituelles, contrairement à la cortisone prise par voie générale. Concernant les corticoïdes par voie générale, la dose minimale pour contrôler l'asthme doit être poursuivie, selon les conseils de votre médecin qui jugera s'il faut adapter ou non.

En revanche, les corticoïdes sont à bannir pour traiter le coronavirus. Ils doivent être utilisés à bon escient, là où ils sont utiles.

***Notre fils de 14 ans a de l'asthme. Un professeur de l'établissement a contracté le Coronavirus. Mon fils ne l'a pas en cours mais côtoie des élèves qui ont eu cours avec cet enseignant. Est-ce dangereux ?***

A priori, cette situation n'est pas dangereuse pour votre fils, il convient seulement d'être attentif aux signes qui pourraient survenir et surveiller les symptômes tels que fièvre, toux, éternuements. Comme pour toute personne asthmatique, il est important qu'il poursuive son traitement habituel pour l'asthme.

***Mon fils de 17 ans continue à aller en discothèque. Il ne veut pas être raisonnable et attendre la fin de l'épidémie. D'autres parents ont interdit ces sorties. Il a de l'asthme depuis tout petit mais ne prend plus régulièrement son traitement et n'est donc pas bien protégé. Nous sommes inquiets pour sa santé.***

Il est très important de bien prendre son traitement de fond pour l'asthme. Tout asthme non contrôlé avec une inflammation est une porte d'entrée favorable à tous les microbes : bactéries, virus, dont le coronavirus. De même, le tabac représente un facteur de risque surajouté pour les infections à coronavirus, car il entraîne une irritation bronchique, fragilise la muqueuse et donc la pénétration des micro-organismes. Enfin additionner les conduites à risque quand on est asthmatique : fumer, ne pas prendre son traitement et aller dans les lieux confinés, multiplie le risque vis-à-vis de toutes les infections y compris du coronavirus.

***Les connaissances et recommandations évoluent rapidement. Tenez-vous régulièrement informés via des sources scientifiques et officielles vérifiées :***

. <https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus>

. <https://www.santepubliquefrance.fr/>