



## Comment je me sens ?

- Essoufflement, toux, sifflement : rares (moins de 4 fois/semaine) 😊
- Aucun symptôme la nuit
- Bronchodilatateur de courte durée d'action .....(moins de 4 fois/semaine).
- Activités physiques, quotidiennes. 😊 😊

DEP =  à

(entre 80 à 100% de votre meilleure valeur)

## Qu'est-ce que je dois faire ?



Mon asthme est contrôlé  
traitement quotidien habituel

.....

.....

.....

.....

.....

- Toux ++, sifflement +, crachats importants, réveils la nuit +. 😞
- Autres symptômes:..... 😞
- Je prends mon bronchodilatateur d'action rapide, en plus de mon traitement habituel, plus de 3 fois/jour pendant 3 jours de suite.
- Activités physiques très limitées 😞 😞

DEP =  à

(entre 60 à 80% de votre meilleure valeur)



Mon traitement habituel  
doit être modifié :

- Ajustement du traitement de fond .....  
.....
- "Coup de bâton"  
= (corticoïdes par voie générale)  
Je dois prendre

- Je contacte mon médecin référent

.....

.....



DEP =  à

- Toux +++, sifflement +++, crachats persistent malgré la modification du traitement habituel.
- Mon DEP ne remonte pas.
- Je me sens très limité(e) dans mes activités physiques (sport, jouer avec mes camarades, parler).



- Je me rends aux Urgences les plus proches
- J'appelle le SAMU 15 ou 112 (portable)
- J'appelle mon médecin référent

Tél. médecin :