

COMMENT LES ASTHMATIQUES DOIVENT-ILS SE PRÉPARER AUX SITUATIONS D'URGENCE ?

Quelles sont les causes de l'asthme ?

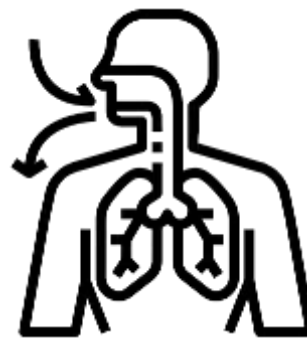
Les causes principales sont encore inconnues, certaines des causes potentielles sont la génétique, l'exposition à des allergènes ou au tabagisme passif à la maison pendant l'enfance.

Les personnes asthmatiques de couleur à Philadelphie présentent plus de risques de souffrir de graves crises d'asthme pouvant conduire à une hospitalisation ou même à un décès.

Ceci résulte des effets à long terme du racisme systémique, comme :

- ♦ l'accès réduit aux soins médicaux ;
- ♦ le fait de devoir vivre dans de plus vieux logements, avec de la peinture au plomb et de l'amiante ;
- ♦ la malnutrition et l'absence d'accès à une alimentation saine ;
- ♦ des quartiers dans lesquels la qualité de l'air est mauvaise.

Scannez ce code pour plus d'informations sur notre Programme de préparation en matière de santé publique.



Il est important que les personnes asthmatiques soient préparées en cas de situation d'urgence sanitaire.

Il peut être difficile de joindre votre médecin ou d'obtenir des médicaments sur ordonnance dans des situations telles que :

- de fortes tempêtes ;
- des inondations ;
- des coupures de courant.

Comment se préparer ?

- ♦ Établissez un plan pour vous aider à maîtriser votre asthme en abordant ce sujet avec votre médecin traitant. Consultez www.phila.gov/primary-care pour en trouver un(e) (vous n'avez pas besoin d'assurance).
- ♦ Entretenez des contacts réguliers avec votre famille et vos amis, et demandez-leur de prendre souvent de vos nouvelles.
- ♦ Vous devez disposer d'au moins deux personnes à contacter en cas d'urgence, avec leurs coordonnées complètes.
- ♦ Vous devez disposer des coordonnées de votre médecin traitant.
- ♦ Recevez gratuitement des alertes météorologiques ou en cas d'urgence de la part de la ville de Philadelphie. Envoyez READYPHILA par SMS au 888-777 pour recevoir des alertes gratuites par SMS.



Quels sont les traitements de l'asthme ?

Parlez avec votre médecin traitant de manière à mettre en place un plan de traitement.

- ◆ Un plan comprend des solutions pour gérer votre asthme et prévenir les crises, comme :
 - ◇ des stratégies pour identifier et éviter les facteurs déclenchants ;
 - ◇ des médicaments à action rapide qui contribuent à prévenir ou soulager les symptômes d'une crise d'asthme, comme un inhalateur ou d'autres médicaments qui agissent rapidement pour aider à ouvrir vos voies respiratoires ;
 - ◇ les médicaments de contrôle que vous prenez tous les jours pour aider à prévenir les symptômes et réduire l'inflammation des voies respiratoires.
- ◆ Trouvez un médecin traitant gratuit ou à faible coût ; consultez www.phila.gov/primary-care pour identifier la personne qui vous convient le mieux, que vous soyez assuré(e) ou non.
- ◆ Si vous ou un membre de votre famille faites une crise grave, appelez immédiatement le 911.

Créez un kit de préparation

- ◆ Votre kit doit comprendre l'équivalent de 2 semaines de médicaments sur ordonnance, dont les médicaments d'urgence, comme un inhalateur de secours.
- ◆ Rassemblez tous vos documents importants, vos informations médicales et vos documents d'identité.
- ◆ Lampe torche et piles.
- ◆ Denrées non périssables.
- ◆ Trousse de premiers secours.
- ◆ Affaires de toilette.
- ◆ Eau.



Ressources destinées aux personnes cherchant une aide pour la réparation de leur logement afin d'améliorer la qualité de l'air intérieur :

Pour les personnes âgées :
Philadelphia Corporation for Aging
215-765-9040

Pour les familles avec des enfants asthmatiques : CHOP Community Asthma Prevention Program (Programme communautaire de prévention de l'asthme)
215-590-5261

Si vous êtes intéressé(e) par un partenariat avec nous ou si vous avez des questions concernant le Programme de préparation en matière de santé publique, vous pouvez nous contacter au : (215) 429-3016, ou par e-mail : PublicHealthPreparedness@phila.gov

