

Lien vers l'article:

[https://infosante.be/guides/
traitement-de-la-crise-d-
asthme](https://infosante.be/guides/traitement-de-la-crise-d-asthme)



Crise (exacerbation) d'asthme

Une exacerbation d'asthme, qu'est-ce c'est ?

Chez une personne asthmatique, les signes (symptômes) de [l'asthme](#) peuvent s'aggraver assez rapidement ou brusquement. On parle alors d'une « **exacerbation de l'asthme** ». Certaines personnes parlent de « **crise d'asthme** ». La personne asthmatique a de plus en plus de mal à respirer. Elle peut :

1. **tousser** ;
2. avoir une **sensation d'oppression ou de gêne dans la poitrine** ;
3. produire un **sifflement** lorsqu'elle respire ;
4. être **essoufflée** ([dyspnée](#)).

Des difficultés pour respirer peuvent mettre la vie d'une personne en danger. C'est pourquoi la personne asthmatique doit être attentive à ces symptômes.

Les personnes proches d'elle doivent aussi savoir :

1. **reconnaître** une exacerbation d'asthme le plus tôt possible ;
2. **évaluer la gravité** de l'exacerbation ;
3. **comment réagir** pour permettre à la personne de retrouver une respiration normale rapidement.

Traitement de l'asthme

Pour traiter l'asthme, une personne asthmatique peut avoir besoin :

1. d'un traitement uniquement en cas de symptômes (traitement « à la demande ») ;
2. d'un traitement à prendre tous les jours (**traitement d'entretien**).

Si elle prend un traitement d'entretien, son ou sa médecin lui explique ce qu'elle doit faire pour être soulagée rapidement en cas de symptômes d'asthme (**traitement de secours**).

Généralement, le traitement est un médicament à aspirer par la bouche (inhaler) grâce à un **inhalateur**. Un inhalateur est un petit objet à placer entre les lèvres et qui va permettre au médicament d'aller directement dans les poumons.

Les médicaments utilisés en cas d'asthme vont agir principalement de 2 façons :

1. Ils vont élargir les voies respiratoires (**bronchodilatateurs**) ;
2. Ils vont calmer l'inflammation des voies respiratoires (**corticostéroïdes inhalés**).

Un inhalateur peut contenir un bronchodilatateur, ou un corticostéroïde inhalé, ou les 2 en même temps.

Qu'est-ce qui cause une exacerbation d'asthme ?

Le plus souvent, une exacerbation d'asthme est provoquée par :

1. un **microbe** ;
2. des substances qui peuvent provoquer une **allergie (allergènes)**, par exemple :
 1. les acariens,
 2. le pollen,
 3. les poils d'animaux ;
3. des substances **irritantes**, par exemple :
 1. la fumée,
 2. l'air froid,
 3. la pollution de l'air.

Une exacerbation d'asthme peut aussi être provoquée par :

1. de l'exercice physique ;

2. une émotion forte ;
3. le stress ;
4. un [reflux gastro-œsophagien](#) ;
5. un problème d'utilisation du traitement de l'asthme, par exemple :
 1. La personne n'utilise pas son traitement d'entretien comme prévu.
6. certains médicaments, par exemple :
 1. certains bronchodilatateurs lorsqu'ils sont utilisés de manière excessive,
 2. les bêta-bloquants,
 3. les AINS,
 4. l'aspirine.

Comment reconnaître une exacerbation d'asthme ?

Quand une personne asthmatique **tousse**, produit un **sifflement** lorsqu'elle respire, est **essoufflée**, a une **sensation d'oppression ou de gêne dans la poitrine**, plus qu'à son habitude, cela indique une exacerbation d'asthme. Une exacerbation d'asthme peut rapidement devenir plus grave.

Les signes d'une **exacerbation grave** peuvent être :

1. un essoufflement, même au repos, par exemple :
 1. La personne a du mal à terminer une phrase sans faire une pause pour reprendre son souffle.
 2. La personne n'arrive pas à faire un effort, même léger, comme se lever de sa chaise, sans devoir s'arrêter pour reprendre son souffle.

2. une respiration très rapide (tachypnée) ;
3. un cœur qui bat plus vite (tachycardie) ;
4. moins d'oxygène dans le sang, mesuré avec un petit appareil électronique placé sur le doigt (oxymètre ou saturomètre).

Vous devez alors **appeler directement les services d'urgence (112)**.

L'exacerbation peut devenir **de plus en plus grave** et la personne peut alors, par exemple :

1. être épuisée ;
2. réagir différemment, par exemple :
 1. La personne est confuse.
 2. Elle a des difficultés à rester éveillée (elle est somnolente).
 3. Elle ne réagit pas.
3. avoir sa peau qui devient grise ou bleue, notamment au niveau des lèvres ou des ongles ;
4. avoir sa respiration qui ralentit ;
5. avoir son cœur qui bat de manière irrégulière.

Que pouvez-vous faire ?

Si vous êtes asthmatique

1. **Evitez ou limitez ce qui peut déclencher vos symptômes d'asthme :**
 1. Vous pouvez trouver des conseils dans la Fiche Info Santé [Asthme chez l'adulte](#).
2. Prenez correctement votre traitement de l'asthme **avec la bonne technique, à la bonne dose, au bon moment**, comme conseillé par les

professionnel·les de la santé.

1. Le but principal du traitement est d'arriver à un bon **contrôle de l'asthme**, c'est-à-dire à limiter vos symptômes d'asthme le plus possible et d'améliorer votre qualité de vie.
2. **Un bon contrôle de l'asthme vous permet de diminuer le risque d'avoir une exacerbation d'asthme.**

Si votre asthme est moins bien contrôlé, contactez votre médecin, par exemple :

1. si vous vous réveillez plus souvent que d'habitude pendant la nuit à cause de votre asthme ;
2. si vous avez besoin d'utiliser votre inhalateur de plus en plus souvent ;
3. si vous devez limiter vos activités habituelles à cause de votre asthme.

Soyez attentif ou attentive aux premiers signes d'exacerbation de l'asthme :

1. Vous tousssez plus.
2. Vous êtes plus essoufflé·e.
3. Vous produisez un sifflement lorsque vous respirez.
4. Vous avez une sensation d'oppression ou de gêne dans la poitrine.

Plan d'action personnel

Votre médecin peut vous proposer un « **plan d'action personnel** » pour l'asthme c'est-à-dire une explication écrite de ce que vous devez faire pour contrôler votre asthme. Ce plan reprend les informations sur votre traitement, par exemple :

1. quel inhalateur utiliser, à quelle dose, à quel moment ;
2. **que faire si les symptômes s'aggravent.**

Vous pouvez aussi y trouver :

1. quels sont les **signes que votre asthme est moins bien contrôlé** ;
2. ce que vous devez faire si vous voulez faire une **activité physique** ;
3. **quand aller voir votre médecin.**

Suivez les conseils donnés par ce plan d'action pour savoir :

1. **quand utiliser votre traitement de secours** ;
2. **quel traitement de secours utiliser** ;
3. **comment l'utiliser.**

Si vous pensez qu'une personne asthmatique a une exacerbation d'asthme

1. Encouragez-la à essayer de respirer calmement.
2. Demandez-lui si elle a un traitement pour soulager rapidement ses symptômes et aidez-la à l'utiliser.
3. Restez auprès d'elle pour vérifier que le traitement l'aide à mieux respirer.

Appelez les services d'urgence (112) :

1. si elle n'a pas son traitement de secours ;
2. si son traitement de secours ne la soulage pas ;
3. si elle a des difficultés à parler ;
4. si elle a des difficultés pour marcher ;
5. si elle respire très vite ou très lentement ;
6. si elle a les narines qui s'écartent quand elle respire ;
7. si elle a la peau qui se creuse autour du cou, ou entre les côtes, lorsqu'elle respire ;
8. si son cœur bat très vite ou de manière irrégulière ;

9. si elle est très fatiguée ;
10. si elle est agitée ;
11. si elle a du mal à rester éveillée (elle est somnolente) ;
12. si elle ne réagit pas ;
13. si ses lèvres ou ses ongles deviennent gris ou bleus.

Que peuvent faire les professionnel·les de la santé ?

L'équipe médicale essaie d'évaluer la gravité de l'exacerbation d'asthme en fonction des **symptômes** de la personne. Elle vérifie ses réactions, sa respiration, les battements de son cœur.

Elle peut aussi mesurer la quantité d'oxygène dans le sang (saturation en oxygène) à l'aide d'un petit appareil placé sur le doigt (oxymètre ou saturomètre).

L'équipe médicale commence immédiatement un traitement pour rétablir rapidement la respiration et surveille la personne.

Traitements

Pour traiter une exacerbation d'asthme, l'équipe médicale donne un médicament **bronchodilatateur** à la personne asthmatique. Elle peut utiliser un tube fixé sur un inhalateur (**chambre d'inhalation**). Le médicament passe à travers la chambre d'inhalation et la personne inspire pour envoyer le médicament directement dans les poumons.



Click_and_Photo

Chambre d'inhalation

Si l'inhalateur n'a pas d'effet ou si l'exacerbation est grave, l'équipe médicale peut utiliser un **aérosol** pour donner ce médicament. Un aérosol est un appareil qui transforme un médicament sous forme liquide en fines particules. Un tuyau est relié à l'appareil et à un masque. Quand vous respirez par ce masque, le médicament va directement dans vos poumons.



MangoStar_Studio

Aérosol

L'équipe médicale peut répéter ce traitement en fonction de l'évolution de l'exacerbation.

Elle peut aussi donner :

1. de l'oxygène ;
2. un médicament à base de cortisone.

Suivi

Quand la personne va mieux, le ou la médecin :

1. essaye d'identifier ce qui a pu déclencher l'exacerbation :
 1. pour traiter la cause de l'exacerbation, par exemple, une allergie, un [reflux gastro-œsophagien](#),
 2. pour permettre d'éviter, si possible une nouvelle exacerbation de l'asthme ;
2. vérifie si le traitement est suffisant pour contrôler les symptômes d'asthme ou s'il faut adapter le traitement, par exemple :
 1. améliorer la technique utilisée pour l'inhalation,
 2. changer la dose d'un médicament,
 3. ajouter un médicament au traitement.

Le ou la médecin peut aussi proposer un suivi chez un ou une médecin spécialiste des poumons (pneumologue).

Rédaction le 08 janvier 2020.

Dernière mise à jour le 16 avril 2026

Lien vers l'article:

<https://infosante.be/guides/traitement-de-la-crise-d-asthme>



Liens Utiles

1. Numéro d'urgence 112
<https://112.be/fr>
2. Premiers secours : crise d'asthme (vidéo)
<https://www.sikana.tv/fr/health/first-aid/first-aid-asthma-attack>
3. Informations fiables sur les médicaments et les produits de santé
<https://www.pharmainfo.be/>
4. Comment utiliser un médicament pour inhalation ?
<https://www.pharmainfo.be/formes-administration/comment-utiliser-un-medicament-pour-inhalation>
5. Comment utiliser un aérosol doseur avec chambre d'inhalation ?
<https://www.pharmainfo.be/formes-administration/comment-utiliser-un-aerosol-doseur-avec-chambre-dinhalation>

Sources

1. [www.ebpnet.be](https://ebpnet.be)
<https://ebpnet.be/fr>
2. Acute asthma exacerbation in adults, consulté le 16.04.2026
<https://bestpractice.bmj.com/topics/en-gb/45>
3. Patient leaflets - How can I tell when my asthma is getting out of control? (Sep 14, 2022), consulté le 27.02.2025
<https://bestpractice.bmj.com/patient-leaflets/en-gb/html/1438330510603/How%20can%20I%20tell%20when%20my%20asthma>
4. DynaMed. Asthma Exacerbation in Adults and Adolescents. EBSCO Information Services. Accessed 27 août 2025. <https://www.dynamed-com.gateway2.cdih.be/condition/asthma-exacerbation-in-adults-and-adolescents>
<https://www.dynamed-com.gateway2.cdih.be/condition/asthma-exacerbation-in-adults-and-adolescents>
5. DynaMed. Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) and Asthma. EBSCO Information Services. Accessed 28 août 2025. <https://www.dynamed-com.gateway2.cdih.be/condition/gastroesophageal-reflux-disease-gerd-and-asthma>
<https://www.dynamed-com.gateway2.cdih.be/condition/gastroesophageal-reflux-disease-gerd-and-asthma>
6. Astma bij volwassenen, consulté le 19.11.2025
<https://richtlijnen.nhg.org/standaarden/astma-bij-volwassenen>

7. Asthme et BPCO, consulté le 25.03.2026
<https://www.cbip.be/fr/chapters/5?matches=BPCO&frag=3525>