

# Fiche 21 : L'ASTHME

## PRESENTATION

---

L'asthme est une maladie chronique non contagieuse. Elle engendre des crises récurrentes liées à des inflammations et rétrécissements des bronches.

C'est la maladie chronique la plus répandue chez les enfants. En Belgique, 4 à 7% des adultes en sont atteints. Un enfant asthmatique verra parfois ses symptômes disparaître (ou diminuer) pendant son adolescence et réapparaître à l'âge adulte.

Le déclenchement des crises peut être lié à différents facteurs : un allergène (parfum, animal, acariens, pollen...), un élément polluant (tabac, poussière, peinture, ...), une activité physique, un rhume, un reflux acide de l'estomac ou encore, le stress.

Dans le cadre de l'asthme allergique, l'aspect préventif a énormément d'importance. L'objectif sera d'éviter le déclenchement des crises. Pour ce faire, il est nécessaire d'identifier sa cause et donc l'allergène afin de l'éliminer.

### **Les symptômes sont :**

- sentiment d'oppression
- toux irritante
- essoufflement
- sifflement
- insomnies
- fatigue
- mucus (sécrétion)

Les symptômes sont également en lien avec les cycles de sommeil. Ils se déclarent souvent fin de nuit ou le matin.

### **Différents degrés :**

Il existe différents degrés dans la maladie. L'asthme peut se présenter sous forme de crises occasionnelles jusqu'à de l'asthme sévère (essoufflement permanent).

Les personnes souffrant d'un asthme sévère mal contrôlé ont des symptômes quotidiens qui persistent même s'ils suivent un traitement:

- toux régulière

- gêne respiratoire
- quintes de toux nocturne (troubles du sommeil)
- crises sévères fréquentes (gêne respiratoire conséquente et soudaine)

## ASTHME ET EMPLOI

---

### ***Asthme professionnel***

L'asthme peut être qualifié, dans certains cas, de professionnel. Il faut que la cause de l'asthme se trouve sur le lieu de travail et que celui-ci ne soit pas juste un facteur aggravant. Certains métiers peuvent enclencher un asthme professionnel, les plus connus sont : boulanger (allergène : farines), coiffeur (allergène : teintures, décolorants, parfums), menuisier (allergène : bois) et carrossier (allergène : peintures).

L'asthme professionnel peut être reconnu par FEDRIS (l'Agence fédérale des risques professionnels – anciennement Fonds des Maladies Professionnelles). Des examens permettront de le faire reconnaître. Selon ce Fonds, 10% des asthmes chez l'adulte trouvent leur origine sur le lieu de travail, et chaque année, un travailleur sur 10.000 développe de l'asthme professionnel.

### ***Asthme aggravé sur le lieu de travail***

Parmi les personnes qui ont un asthme développé avant l'intégration dans le poste de travail, l'environnement de travail peut amener une aggravation des symptômes. Les facteurs aggravants peuvent être divers : poussières, fumées, vapeurs acides, chlore, air trop sec, stress, ...

Un effort physique peut engendrer une crise d'asthme, on parlera d'asthme d'effort. Le travail manuel n'est pas à proscrire mais demande des adaptations de comportement (éviter de travailler à l'extérieur lors de forte pollution, de brouillard ou de temps froid par exemple).

# RECOMMANDATIONS

---

Les interventions sur le lieu de travail sont de deux types :

- préventives,
- en réaction à une crise (réactives).

Dans les deux cas, il est essentiel de discuter avec le travailleur et de l'aider à identifier les facteurs déclencheurs d'une crise et la marche à suivre afin de l'éviter ou de la gérer.

Voici quelques recommandations préventives et réactives par rapport à une crise.

## Eviter les crises : éviter les facteurs déclenchants

### Conseils généraux :

- Aérer les locaux
- Enlever les tapis et les tentures
- Aspirer les fauteuils
- Éviter de mettre le bureau du travailleur près d'un fumoir
- Choisir des sols lisses
- Utiliser des masques et des gants
- Nettoyer régulièrement les bouches d'aération (les filtres éventuels doivent être changés régulièrement)
- Éviter les déplacements en cas de grand froid ou de canicule
- Éviter l'utilisation d'humidificateur d'air.

### Asthme lié à un allergène :

- Laver les uniformes ou équipements à haute température (60°C) afin d'éliminer les acariens.
- Laver les équipements avec un savon sans odeur (de type savon de Marseille).
- Au printemps, fermer les fenêtres lorsque le pollen vole.
- Demander aux collègues du travailleur d'éviter les parfums et les déodorants d'intérieur.
- Ne pas mettre des plantes allergisantes, de type ficus, à proximité du bureau du travailleur
- Permettre au travailleur de travailler à domicile lorsque la tonte des pelouses est prévue sur le lieu de travail.

➤ ...

La fiche 26 sur « les allergies et l'emploi » peut également apporter des informations et recommandations si l'asthme est lié à un allergène.

### **Soigner une crise**

- Permettre à la personne de prendre son traitement dès qu'elle sent les premiers signes d'une crise.
- Etre prêt à réagir en cas de crise :
  - Positionner la personne en position assise
  - La calmer
  - Lui demander de prendre sa médication : à répéter éventuellement après 20 min (maximum 3 fois)
  - Si la situation ne s'améliore pas, contacter les urgences.

## **Aides et ressources**

---

**Plusieurs acteurs peuvent contribuer à la réflexion sur l'ajustement de la situation de travail d'une personne en situation de handicap.**

### **LE BIEN-ETRE AU TRAVAIL**

En matière de sécurité au travail, de prévention et de suppression des risques, d'adaptation de poste de travail (ergonomie de conception, de correction),... consultez vos Conseillers en prévention, dans le cadre du service interne ou du service externe de prévention et de protection au travail.

Il n'est pas toujours facile, ni pour le travailleur, ni pour l'employeur, d'aborder les problèmes liés au handicap ou à la maladie et leurs répercussions possibles sur le travail. Le conseiller en prévention-médecin du travail peut donc être un bon interlocuteur et/ou intermédiaire.

### **LES PROFESSIONNELS DE LA SANTE**

Le travailleur est probablement entouré de professionnels qui peuvent le conseiller et conseiller l'entreprise. Il devrait pouvoir mettre son employeur (ou le médecin du travail, le tuteur, un collègue, une personne de confiance dans l'entreprise, ...) en contact avec ces professionnels.

## LES MEDECINS CONSEILS (REPRISE PROGRESSIVE DU TRAVAIL)

Un travailleur en invalidité (c'est-à-dire absent pour maladie et indemnisé par sa mutuelle depuis plus d'un an) peut solliciter de son médecin conseil une reprise de travail à temps partiel. L'entreprise le rémunère alors au prorata des heures prestées.

## UNE ASSOCIATION SPECIALISEE

### **FARES asbl**

Fonds des affections respiratoires asbl

Rue de la Concorde, 56

1050 Bruxelles

Belgique

Tél : 02 512 29 36

<http://www.fares.be/>

## L'AGENCE POUR UNE VIE DE QUALITE

L'AVIQ peut :

- aider à mieux comprendre les difficultés du travailleur en situation de handicap
- aider à analyser la situation créée par le handicap au sein de l'entreprise – ce travail se fait en première ligne par des agents d'insertion professionnelle qui peuvent, si nécessaire, faire appel à des ergonomes dans le cadre d'un projet pilote soutenu financièrement par le Fonds social européen,
- faire connaître des mesures d'adaptation et autres bonnes pratiques mises en œuvre par d'autres entreprises,
- mettre en relation avec des services généralistes ou spécialisés (centres de formation professionnelle, services d'accompagnement, services de soutien dans l'emploi, services conseil en aménagement des situations de travail, ...)
- aider à organiser le recrutement, l'accueil et l'intégration, le maintien à l'emploi de travailleurs en situation de handicap.

Administration centrale : Rue de la Rivelaine, 21 - 6061 Charleroi

Internet : <http://www.aviq.be/handicap>

Numéro vert (gratuit) : 0800/16 061

Courriel : [info@aviq.be](mailto:info@aviq.be)

*Bureaux régionaux* : voir fiche 0 Handicap et Emploi

**Selon sa situation et ses besoins, le travailleur en situation de handicap peut avoir recours (sous certaines conditions) à :**

- *Un bilan des aptitudes professionnelles et la précision d'un projet*

Si possible en concertation, les services de l'AVIQ, du FOREM, et/ou un opérateur d'orientation aideront la personne à réaliser un bilan de son parcours scolaire et professionnel ainsi que de ses compétences actuelles. Ils encadreront ensuite le candidat dans l'identification de pistes professionnelles pertinentes compte tenu du marché de l'emploi.

- *Des soutiens et aides spécifiques aux entreprises*

**Les interventions financières de l'AVIQ sont soumises à une analyse préalable de la situation du travailleur sur base de critères d'admissibilité (notamment du degré de handicap). Cette démarche de reconnaissance ne peut se faire qu'à l'initiative du travailleur. Néanmoins, tout employeur peut solliciter le soutien d'un bureau régional de l'AVIQ pour être conseillé dans ses démarches d'ajustement d'une situation de travail.**

- Stage de découverte en entreprise

L'objectif est ici de permettre à la personne d'appréhender les réalités d'un métier. Un ou plusieurs stages d'une semaine, non rémunérés, sont possibles.

- Formation

Le travailleur qui ne peut plus continuer son ancienne activité professionnelle peut envisager une reconversion : l'AVIQ propose différents cycles de formation en centre agréé. Elle propose aussi un contrat d'adaptation professionnelle, période de formation en entreprise. Dans les deux cas, le stagiaire perçoit des indemnités de formation.

Pour un travailleur qui ne peut accéder aux formations organisées pour ses collègues, même moyennant quelques adaptations des modalités de formation, les centres de formation peuvent proposer des modules de formation continuée.

- Tutorat

Intervention de 750 € par trimestre (pendant un maximum de six mois) pour l'entreprise qui désigne un tuteur chargé d'encadrer et d'accueillir un travailleur handicapé nouvellement engagé.

- Prime à l'intégration

Intervention de 25 % (pendant un an maximum) dans le coût salarial d'un travailleur qui n'a plus travaillé depuis au moins six mois.

- Prime de compensation

Une intervention dans le coût salarial est accordée à l'entreprise pour compenser le coût supplémentaire éventuel des mesures qu'elle prend pour permettre au travailleur d'assumer ses fonctions, si ces mesures sont liées au handicap. Elle est accordée pour un maximum de cinq ans et est renouvelable.

- Intervention dans l'aménagement du poste de travail

L'AVIQ intervient dans les frais supplémentaires d'adaptation ou d'acquisition de matériel spécifique, en fonction du handicap du travailleur.

## BIBLIOGRAPHIE

---

### Associations :

Asthme et Allergie association : <http://asthme-allergies.org/asthme/>

Fonds des affections respiratoires, association belge, <http://www.fares.be/>

Prévention des allergies, association belge, <http://www.oasis-allergies.org/>

### Sites internet :

<http://www.who.int/topics/asthma/fr/> : OMS : thèmes de santé

<http://www.mondocmasante.be/maladies/asthme> : mondocmasanté : plate-forme numérique belge d'informations et de communication en relation avec les maladies chroniques ambulatoires.

### Documents :

« *Quelles sont les répercussions de l'asthme sévère dans la vie quotidienne ? Les patients ont la parole.* », France, 2007, Asthme et Allergies Association

« *Fiche d'information AIAA. Les faits sur l'asthme.* », Canada, 2014, Allergie Asthme Association d'Information

« *ASTHME PROFESSIONNEL. Critères de reconnaissance et d'indemnisation* », Fonds des Maladies Professionnelles, 2003,

[http://fedris.be/sites/default/files/assets/FR/Documentation\\_medicale/Publications\\_scientifiques/Criteres/asthme\\_professionnel.pdf](http://fedris.be/sites/default/files/assets/FR/Documentation_medicale/Publications_scientifiques/Criteres/asthme_professionnel.pdf)

« *L'asthme en tant que maladie professionnelle* », Prevent, 15/08/2011 :

[https://www.prevent.be/fr/banque\\_de\\_connaissance/l%E2%80%99asthme-en-tant-que-maladie-professionnelle](https://www.prevent.be/fr/banque_de_connaissance/l%E2%80%99asthme-en-tant-que-maladie-professionnelle)