

ANNEXE 3. ÉVALUATION DU CONTRÔLE: MÉTHODE RAPIDE

Questions	Indicateurs d'un contrôle acceptable de l'asthme
Combien de fois avez-vous des symptômes diurnes?	< 4 jours/semaine
Combien de fois avez-vous des symptômes nocturnes?	< 1 nuit/semaine
Comment pourriez-vous qualifier votre niveau d'activité physique?	Normal
Comment pourriez-vous décrire vos crises (sévérité, fréquence)?	Légères, rares
Combien de fois vous êtes-vous absenté de votre travail/votre école?	Aucune journée d'absence
Combien de doses du médicament de soulagement rapide avez-vous besoin?	< 4 doses/semaine [Remarque: on peut utiliser 1 dose/jour pour prévenir les symptômes induits par l'activité physique]
Quels étaient les résultats de votre plus récente spirométrie ou de votre débit expiratoire de pointe?	> 85% du meilleur résultat personnel obtenu, idéalement 90% [Mon meilleur résultat est _____]
Lors d'une récente journée, quel était votre DEP le plus élevé? _____ votre DEP le plus bas? _____ votre variation diurne? _____	< 10 à 15% de variation diurne [Calculer cette valeur en: soustrayant le plus faible DEP du plus élevé puis en divisant par le DEP le plus élevé que l'on exprime en pourcentage. Exemple 1: Si DEP le plus élevé est 400 et le plus faible est 300, la différence entre les deux est de 100 (c.-à-d., 400 - 300). Donc, la variation diurne = $100 \div 400 = 0,25 = 25\%$ Puisque cette variation est plus élevée que 15%, il s'agirait d'un niveau de contrôle insuffisant.] Exemple 2: Si le meilleur DEP est de 320 et que le plus bas est 300, la variation serait de: $(320-300) \div 320 = 0.062 = 6.25\%$. Cette variation diurne serait acceptable.

Remarque: Les valeurs attendues du débit expiratoire de pointe varient considérablement en fonction de l'âge, du sexe et de la taille de la personne. Une approximation facile à retenir est:

débit de pointe (L/min) = [Taille (cm) - 80] x 5

Adapté de: Lemiere C, Bai T, Balter M, Bayliff C, Becker A, Boulet LP et al. Adult Asthma Consensus Guidelines Update 2003. *Can Respir J* 2004; 11(Suppl A):9A-18A.

