



PROTOCOLE INFIRMIER

de transition pour adolescents
atteints d'asthme

1. OBJECTIF DU PROTOCOLE

Ce protocole vise à accompagner de manière structurée les adolescents atteints d'asthme vers une gestion plus autonome de leur maladie, tout en favorisant l'adhésion aux soins. Il s'inscrit dans le cadre d'une prise en soins holistique, continue et individualisée, en lien avec la théorie de la transition de Meleis.



2. POPULATION CIBLE

- Adolescents entre 10 et 19 ans
- Diagnostic d'asthme depuis ≥ 6 mois
- Suivis dans une structure hospitalière ou en ambulatoire
- Éligibles en cas de non-adhérence identifiée ou risque accru (oublis de traitement, exacerbations récurrentes, discours de rejet du traitement, etc.)

3. ÉTAPES DE L'ACCOMPAGNEMENT INFIRMIER DE TRANSITION

3.1. Évaluation initiale infirmière

Recueil de données sur :

- Niveau de connaissance de la maladie
- Perception de l'asthme et du traitement
- Adhésion actuelle (auto-déclaration, ACQ)
- Niveau d'autonomie (accompagné ou non aux rendez-vous, prise des médicaments)
- Soutien familial et psychosocial
- Utilisation d'outils d'évaluation standardisés : *eHEALS*, *ACQ*, *Good2Go*



3.2. Planification du parcours de transition

- Définition d'objectifs personnalisés avec l'adolescent (et sa famille si possible)
- Fréquence des entretiens infirmiers de suivi (1 fois par mois ou selon les besoins)
- Identification des compétences à acquérir : reconnaissance des symptômes, gestion d'urgence, auto-mesure, etc.
- Élaboration d'un plan d'action écrit personnalisé



3.3. Interventions ciblées

- Éducation thérapeutique (inhalateur, plans d'action, facteurs déclenchants)
- Ateliers avec supports visuels, simulations ou applis de suivi
- Renforcement des capacités à communiquer avec les soignants
- Travail sur les représentations erronées et la stigmatisation

3.4. Suivi et ajustement

- Réévaluation de la progression lors de chaque entretien
- Adaptation du plan en fonction des évolutions (rechutes, régressions, progrès)
- Mise en lien avec les partenaires (pneumologue adulte, médecin traitant, psychologue, etc.)

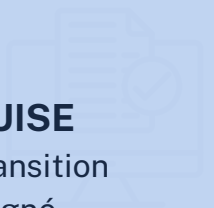


3.5. TRANSITION VERS LES SOINS POUR ADULTES

- Transmission structurée au professionnel de référence adulte
- Évaluation finale de la compétence d'autogestion
- Synthèse des acquis avec le jeune (bilan)

4. DOCUMENTATION REQUISE

- Grille de suivi infirmier de transition
- Plan d'action personnalisé signé
- Carnet de suivi des symptômes
- Fiche de liaison interprofessionnelle



5. CRITÈRES D'ÉVALUATION DU PROTOCOLE

- Amélioration du score ACQ / eHEALS
- Taux d'adhésion au traitement à 6 mois
- Satisfaction du patient et de sa famille
- Nombre de passages aux urgences et d'hospitalisations évités



6. ANNEXES

- Modèle de plan d'action personnalisé
- Liste d'applications validées pour la gestion de l'asthme
- Fiche mémo "10 conseils pour mieux gérer son asthme au quotidien"
- Tableau de suivi infirmier de la transition

Modèle de plan d'action personnalisé

Nom : _____

Prénom : _____

Date de naissance : _____

Adresse : _____

Médecin référent : _____

Zones à surveiller

Zone verte – Asthme contrôlé :

- Pas de gêne respiratoire, pas de toux, pas de sifflements
- Activités normales, sommeil paisible
- Je continue mon traitement de fond : _____

Zone jaune – Alerte modérée :

- Toux, sifflements, gêne à l'effort ou la nuit
- Je prends : _____
(ex : Ventoline 1-2 bouffées toutes les 4h)
- Je contacte un adulte en l'absence d'amélioration

Zone rouge – Urgence :

- Crise sévère : difficulté à parler, marcher, lèvres bleues
- Je prends immédiatement : _____
- J'appelle immédiatement le 144 ou demande à quelqu'un de le faire

Signature patient : _____

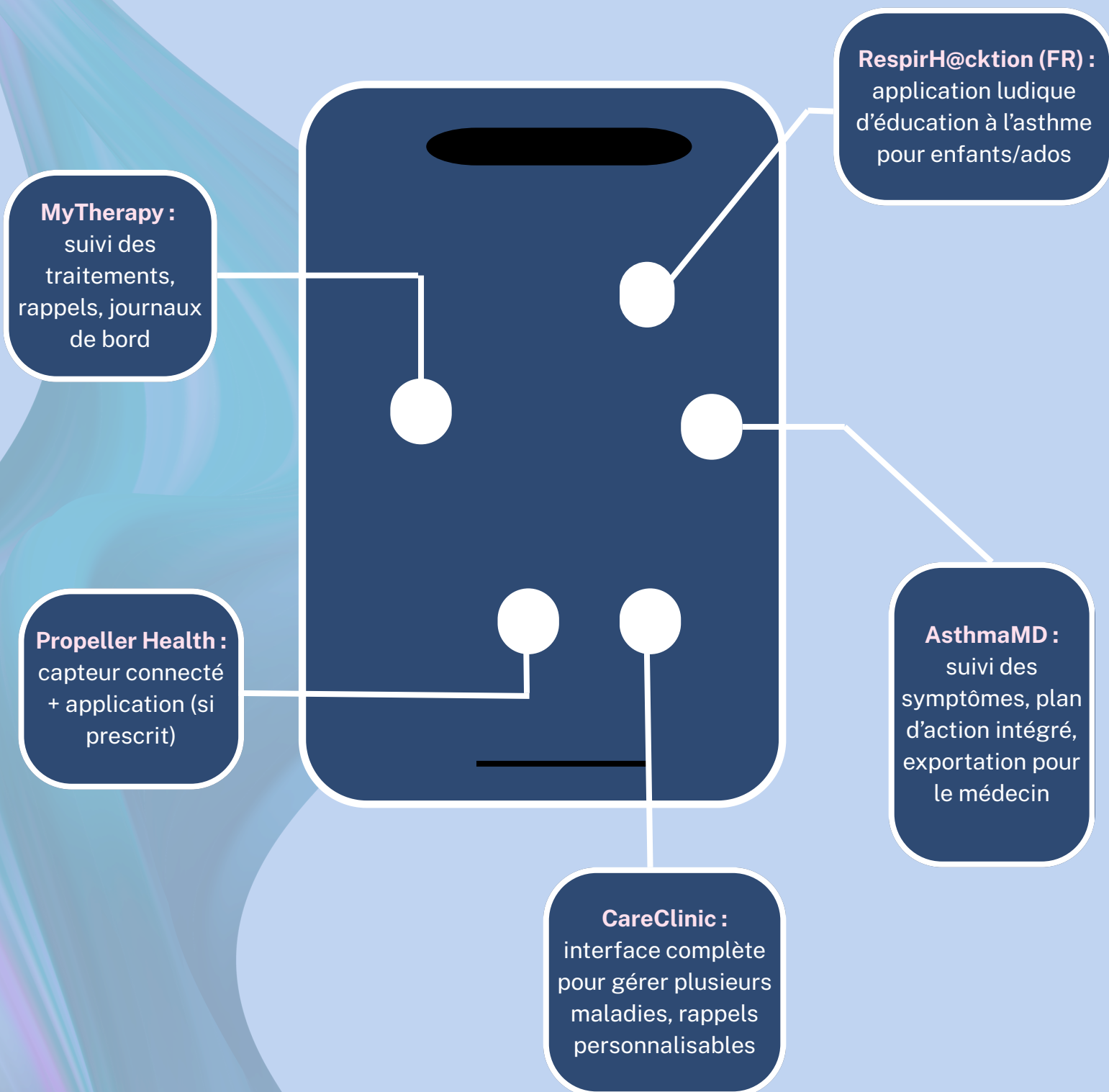
Date : _____

Signature infirmier/ère : _____

Date : _____



Liste d'applications validées pour l'asthme



- MyTherapy : <https://www.mytherapyapp.com>
- AsthmaMD : <https://www.asthamamd.org>
- Propeller Health : <https://www.propellerhealth.com>
- CareClinic : <https://careclinic.io>
- RespirH@ction (app française d'éducation asthme) : disponible sur Google Play / App Store

10 Conseils pour mieux gérer son asthme au quotidien

1. Prends ton traitement de fond tous les jours, même si tu te sens bien.
2. Garde toujours ton inhalateur de secours avec toi.
3. Apprends à reconnaître les signes d'une crise (toux, sifflements, essoufflement).
4. Évite les déclencheurs connus (pollen, fumée, poussière...).
5. Fais du sport avec un bon échauffement et en respectant ton rythme.
6. Aère ta chambre chaque jour et garde-la propre.
7. Bois suffisamment d'eau et dors bien.
8. Préviens un adulte si tu ressens une gêne ou si ton traitement ne suffit pas.
9. Remplis régulièrement ton carnet ou ton appli de suivi.
10. N'aie pas peur de parler de ton asthme à l'école, au sport ou à tes amis.



Tableau de suivi infirmier de la transition

12 - 14 ans

Sensibilisation : Prendre conscience de sa maladie

Objectif : Comprendre qu'il vit avec une maladie chronique

Rôle infirmier :

- Expliquer avec des mots simples
- Laisser exprimer ses représentations ("C'est quoi l'asthme pour toi ?")
- Créer un climat de confiance

14 - 16 ans

Préparation : Participer aux décisions

Objectif : Commencer à s'impliquer dans les choix de soins

Rôle infirmier :

- Poser des questions ouvertes
- Laisser choisir des outils (appli, carnet)
- Co-construire un objectif SMART

16 - 18 ans

Consolidation : S'engager dans la gestion quotidienne

Objectif : Être régulier, autonome, demander de l'aide si besoin

Rôle infirmier :

- Création de routines (alarme, planning)
- Réévaluer avec ACQ
- Travail sur la motivation et l'estime de soi

17 - 20 ans

Passage vers les soins adultes

Objectif : Construire son avenir en tenant compte de sa santé

Rôle infirmier :

- Préparer le transfert de dossier
- Entretien tripartite avec l'équipe de soins pour adultes
- Fiche "mon plan de soins" ou carte santé

18 - 25 ans

Post-transition

Objectif : Autonomie renforcée

Maintenir l'engagement et l'équilibre de vie

Rôle infirmier :

- Suivi ponctuel à distance
- Groupe jeunes adultes
- Appui en cas de rupture de suivi ou de besoin de réajustement

Ce schéma constitue un cadre d'analyse utile pour penser la transition vers l'autonomie, mais il ne peut être appliqué de manière uniforme. Chaque adolescent doit être accompagné de façon individualisée, en tenant compte de son développement cognitif, psychoaffectif et social, qui ne suit pas toujours une progression linéaire ni strictement liée à l'âge chronologique. Chaque étape représente un palier à franchir progressivement, possiblement freiné ou réversible selon les obstacles rencontrés (peurs, surprotection parentale, difficultés scolaires, troubles de l'estime de soi, etc.). Dans ce processus évolutif, le rôle infirmier se doit d'être actif mais adaptable, oscillant entre posture de soutien discret et fonction de moteur relationnel, selon le rythme et les besoins du jeune.

CONTACT

Pour toute information complémentaire concernant ce guide, veuillez contacter les auteurs.

Auteurs et coordonnées de contact :

- **Mme Syrine Merrouche** - Infirmière HES
- **Mme Imane Safi** - Infirmière HES
- **Mme Jenesa Srikantha** - Infirmière HES

[✉ info@nursing-strategies-and-tools.com](mailto:info@nursing-strategies-and-tools.com)

Encadrante académique :

Mme Frédérique Debbiche

Maître d'enseignement à la Haute école de santé de Genève (HES-SO Genève)

[✉ frederique.debbiche@hesge.ch](mailto:frederique.debbiche@hesge.ch)

Découvrir les outils et ressources :

