

COMPRENDRE LA BPCO



Source : www.JenaFoto24.de / pixelio.de

CHERS PATIENTS,

Votre médecin a décelé chez vous une BPCO. La BPCO est l'abréviation de « broncho-pneumopathie chronique obstructive ». La BPCO est une maladie qui touche les poumons ; elle ne peut être guérie, mais peut être traitée.

► QUE SE PASSE-T-IL EN CAS DE BPCO ?

Afin de mieux comprendre l'impact d'une BPCO sur les voies respiratoires, il est important de savoir ce qu'est une respiration « normale ». La structure du poumon rappelle celle d'un arbre à l'envers, la trachée étant le tronc. À partir de la trachée, l'air passe par deux grosses branches et de nombreuses ramifications – les bronches – pour atteindre les « feuilles », à savoir les alvéoles pulmonaires. De là, l'oxygène passe dans le sang. Cet échange ne fonctionne que dans les alvéoles. C'est pourquoi il est important que l'air inhalé puisse circuler sans obstacle jusqu'au niveau des alvéoles.

En présence d'une BPCO, les voies respiratoires – les bronches – sont rétrécies en permanence. Les alvéoles sont partiellement détruites et gonflées comme des petits ballons. Ce gonflement est irréversible.

► FACTEURS DE RISQUE POUR UNE BPCO

Le principal facteur de risque pour une BPCO est :

- Le tabagisme

Les autres risques sont :

- L'inhalation de poussières en milieu professionnel, par exemple dans l'industrie minière
- La pollution de l'air
- Les infections fréquentes des voies respiratoires au cours de l'enfance
- Certaines maladies infantiles rares des voies respiratoires

► SYMPTÔMES

Les trois principaux symptômes d'une BPCO sont :

- Difficultés respiratoires (au début lors de l'effort, plus tard même au repos)
- Toux
- Expectorations

De nombreux patients présentent déjà ces symptômes depuis de nombreuses années, mais ne les prennent pas au sérieux ou refusent d'admettre leur existence. Mais le danger est que la maladie ne soit pas décelée, ne fasse pas l'objet d'un traitement et donc qu'elle progresse.

► TRAITEMENT

Le traitement d'une BPCO nécessite l'utilisation de médicaments et de méthodes de traitement non médicamenteux en complément. Le type de traitement nécessaire est déterminé en fonction du degré de gravité de la maladie.

Les éléments importants du traitement sont les suivants :

- Éviter les substances nocives telles que le tabac ou encore la poussière.
- Mesures de réadaptation, y compris la formation du patient, kinésithérapie respiratoire et entraînement physique.
- Administration de bronchodilatateurs : ils dilatent les voies respiratoires (bronches) et sont administrés en général sous forme d'aérosol. Ils constituent les médicaments de base dans le traitement de la BPCO.
- Administration de préparations à base de cortisone : elles sont généralement utilisées pour empêcher une aggravation sévère (« poussée de BPCO »).
- Dans des cas sévères, une oxygénothérapie de longue durée est nécessaire.

► BPCO

► QUE POUVEZ-VOUS FAIRE PAR VOUS-MÊME ?

Pour assurer le traitement d'une BPCO, votre médecin doit pouvoir compter sur votre coopération. Vous pouvez faire beaucoup en faveur de votre état de santé. Parmi les mesures à prendre figurent :

- Renoncez au tabagisme.
La cause principale de la BPCO est le tabagisme. Si vous fumez, il est à présent primordial d'arrêter. Pour vous aider à persister dans votre démarche, les offres sont nombreuses. Vous pouvez par exemple participer à des cours de sevrage tabagique ou avoir recours à une aide médicamenteuse. Vous trouverez de plus amples informations et des adresses à ce propos dans le guide du patient (cf. encadré).
- Veillez à pratiquer une activité physique suffisante.
L'entraînement physique tel que la marche ou tout sport axé sur l'endurance améliore votre résistance et votre qualité de vie. Demandez à votre médecin quel type d'activité physique serait adapté à votre cas, par exemple dans le cadre d'un groupe d'entraînement respiratoire.

- Contrôlez votre poids.
De nombreux patients atteints d'une BPCO connaissent une perte de poids involontaire. Inversement, une prise de poids rapide peut aussi se produire, ce qui indique souvent que la fonction cardiaque est endommagée. Si votre poids change de façon inexplicable, ou si vous perdez plus de deux kilos en l'espace de six mois, parlez-en à votre médecin.
- Consultez votre médecin si vous ressentez une dégradation de votre état pendant plus de 24 heures.
Une aggravation doit être rapidement prise en charge. C'est pourquoi vous devez consulter votre médecin si vous souffrez de difficultés respiratoires plus importantes que d'habitude et d'une toux persistante pendant plus d'un jour ou si vous expectorez plus de mucus. Ceci vaut également en cas de symptômes plus généraux tels que fatigue, abattement ou fièvre.
- Si vous pensez que votre maladie a un rapport avec votre profession, pensez à consulter le médecin du travail le plus tôt possible ou à contacter votre association professionnelle.

► POUR PLUS D'INFORMATIONS

Ces informations aux patients reposent sur les connaissances scientifiques actuelles et récapitulent les points essentiels du guide « BPCO » destiné aux patients.

Autres liens pertinents

Guide du patient « BPCO » :

www.patienten-information.de/patientenleitlinien

Organisations d'entraide ou partenaires de coopération ayant participé au guide :

www.patienten-information.de/patientenbeteiligung/selbsthilfe, www.azq.de/pf

Entraide

Pour trouver une organisation d'entraide dans votre région, informez-vous auprès de NAKOS

(agence nationale d'information et de contact pour le soutien des groupes d'entraide) : www.nakos.de, Tél.: 030 3101 8960

Guides pour les patients

Les guides destinés aux patients traduisent dans un langage compréhensible par tout un chacun les recommandations de traitement issues des directives des professionnels de santé. Ils fournissent des informations de fond sur les causes, les méthodes d'examen et de traitement d'une maladie. Les autorités responsables du programme de développement des guides médicaux (« guides nationaux de prise en charge ») et des versions correspondantes pour les patients sont l'ordre fédéral des médecins (BÄK), l'association fédérale des médecins conventionnés (KBV) et l'association des sociétés scientifiques et médicales (AWMF).

DOI: 10.6101/AZQ/00065

Responsable du contenu :

Service central pour la garantie de la qualité médicale (ÄZQ)

Institut commun de BÄK et de KBV

Téléphone : 030 4005-2500 • Fax : 030 4005-2555

Courriel/Ansprechpartner : mail@patinfo.org

www.patinfo.org

www.aezq.de



Remis gracieusement par