

AGGRAVATION DE LA BPCO : QUE FAIRE ?

CHERS PATIENTS,

La BPCO est une maladie pulmonaire irréversible qui se caractérise par un rétrécissement des voies respiratoires.

BPCO est l'abréviation de « broncho-pneumopathie chronique obstructive ». En présence d'une BPCO, l'état de santé peut connaître à tout moment une aggravation sévère. Les spécialistes parlent dans ce cas d'exacerbations. Cette fiche d'informations vous fournit des renseignements importants afin de reconnaître le cas échéant cette situation d'urgence et d'agir de manière appropriée (les informations de base sur la BPCO figurent dans l'encadré au dos).

▶ CAUSES DES EXACERBATIONS

Les exacerbations aiguës surviennent surtout lorsque la maladie est à un stade avancé et surtout en hiver. Les exacerbations sont causées entre autres par :

- Des infections telles que les rhumes et la grippe (causes les plus fréquentes)
- La pollution de l'air (smog)
- Les médicaments qui entravent la respiration, par exemple certains somnifères
- Des maladies concomitantes telles que les maladies cardiaques

▶ SIGNES D'UNE EXACERBATION

Une exacerbation peut survenir de manière très soudaine, mais parfois aussi de façon insidieuse, et être plus ou moins importante.

Il est important de déceler les signes d'une aggravation le plus tôt possible. Il se peut que vous ayez alors besoin d'une dose plus élevée de votre médicament ou de médicaments supplémentaires. Si la cause de l'aggravation est une infection d'origine bactérienne, des antibiotiques seront nécessaires.



Graphique : MedicalGraphics / www.medicalgraphics.de

Les signes sont :

- Accroissement des difficultés respiratoires
- Toux plus fréquente et plus importante
- Augmentation du mucus
- Mucus plus visqueux
- Coloration vert-jaune du mucus
- Fatigue, abattement et/ou fièvre

Consultez votre médecin si les signes d'aggravation persistent plus de 24 heures !

▶ QUE FAIRE EN CAS D'EXACERBATION AIGUE?

En cas d'aggravation sévère et très subite, veuillez agir comme suit :

- Restez calme et adoptez une position facilitant la respiration, par exemple la position du cocher. Respirez les lèvres pincées (voir au dos).
- Prenez deux bouffées de votre médicament d'urgence permettant la dilatation des voies respiratoires. Auparavant, vous devez préciser avec votre médecin quel médicament vous devez prendre en cas d'urgence.
- Attendez de 10 à 15 minutes.
- S'il n'y a pas d'amélioration, appelez immédiatement le médecin d'urgence !
Numéro d'urgence :

112

► QUE POUVEZ-VOUS FAIRE D'AUTRE ?

- Participez à une formation destinée aux patients. Vous apprendrez à améliorer la technique d'inhalation de votre médicament. De plus, exercez-vous à savoir comment adapter au mieux votre médication en fonction du degré de gravité de la poussée. Ceci permet de réduire le nombre d'exacerbations aiguës. Il s'agit là d'un objectif important car chaque exacerbation aiguë a un impact défavorable sur l'évolution de votre BPCO.
- Prenez part régulièrement à la vaccination annuelle contre la grippe et faites-vous aussi vacciner contre les pneumocoques. Les pneumocoques sont des bactéries qui entraînent souvent une infection des voies respiratoires ou provoquent une pneumonie. Votre médecin peut vous conseiller en ce qui concerne les vaccins.
- Apprenez des techniques vous permettant de gérer par vous-même les situations de crise. Ces techniques vous aident aussi lors de l'expectoration du mucus. Parmi ces techniques figurent notamment les « lèvres pincées » et des postures facilitant la respiration, par exemple la « position du cocher »:

Les lèvres pincées :

Les lèvres sont détendues et l'une sur l'autre. En expirant lentement, vous rétrécissez l'ouverture de la bouche de sorte que l'air reste plus longtemps dans la cavité buccale et qu'une légère pression se forme. Cette pression s'étend jusque dans les voies respiratoires et empêche que de petites alvéoles, déjà rétrécies, ne deviennent « hors service ». Les voies respiratoires demeurent ouvertes et la respiration est plus facile.

La position du cocher :

Dans la position du cocher, les avant-bras sont sur les genoux, la tête est inclinée vers l'avant, les épaules et la nuque sont détendues. Fermez les yeux et respirez calmement et régulièrement.



► 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 (Bundesärztekammer), l'association fédérale des médecins conventionnés (Kassenärztliche Bundesvereinigung) et l'association des sociétés scientifiques et médicales (Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften).

DOI: 10.6101/AZQ/000071

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