

SOMMAIRE

Préface	11
-------------------	----

GÉNÉRALITÉS

1. Qu'est ce que la BPCO ? BPCO et bronchite chronique s'agit-il de la même maladie ?	14
2. BPCO ou emphysème ou asthme. Quelles sont les différences ?	15
3. La BPCO est-elle une maladie fréquente ? Une maladie sous diagnostiquée ?	17
4. Les sexes féminin et masculin sont-ils égaux devant les risques de cette maladie ?	18

LES CAUSES DE LA BPCO

5. Le tabac est-il réellement toxique ? Quels constituants de la cigarette sont nocifs ? Qu'en est-il du cannabis ? De l'alcool ?	22
6. Sommes nous tous égaux devant les risques de l'intoxication tabagique ? Devant les risques de BPCO ?	23
7. Existe-t-il d'autres facteurs que le tabac ? Ma profession, mon environnement jouent-ils un rôle ?	25
8. Comment agissent ces facteurs ? On m'a dit que le tabac rétrécissait les petites bronches, expliquez-moi	26
9. J'habite en ville. La pollution joue-t-elle un rôle ?	28
10. Existe-t-il différentes formes de BPCO ?	30
11. Le surpoids aggrave-t-il la maladie ?	31
12. Cette maladie a-t-elle un rapport avec les apnées du sommeil ?	33
13. J'étais allergique enfant. Cela peut-il influencer ma maladie ?	34
14. Je suis né avant terme et j'ai fait un séjour en couveuse. Cela a-t-il eu une influence sur ma maladie ?	36
15. Cette maladie a-t-elle un rapport avec la mucoviscidose ?	37

LES SYMPTÔMES DE LA BPCO

16. Tousser et cracher tous les matins : est-ce banal ? La couleur et la quantité des expectorations ont-elles une signification ?	40
17. J'entends mes poumons siffler, est-ce l'asthme ? Qu'en est-il ?	41
18. Je fume, je n'ai plus les mêmes performances physiques. Que dois-je faire ?	43
19. Je n'arrive pas à vider l'air de mes poumons. Pourquoi ?	44
20. Avis de tempête sur le poumon. Qu'est-ce qui déclenche l'instabilité de ma gêne respiratoire ?	45

21.	Pourquoi ai-je ressenti brutalement ma maladie alors que tout allait bien ?	46
22.	Pourquoi suis-je gêné tôt le matin ? Que dois-je faire ?	47
23.	Ma BPCO peut-elle engendrer d'autres affections ?	49
24.	Je perds ma musculature. Cela a-t-il un rapport avec cette maladie ?	50
25.	Je suis dépressif. Cela a-t-il un rapport avec cette maladie ?	51
26.	J'ai fait un infarctus du myocarde. J'ai beaucoup fumé. Je tousse et crache que dois-je faire ?	52
27.	Quels sont les signes d'alerte susceptibles de conduire à une hospitalisation ?	53
28.	J'ai les ongles et les lèvres violets ; que cela signifie-t-il ?	55
29.	Je suis porteur d'une BPCO, je viens de présenter une phlébite, que dois-je faire ?	56
30.	Porteur d'une BPCO, je viens de cracher du sang. Que dois-je faire ?	58
31.	Porteur d'une BPCO, j'ai beaucoup de fièvre, des frissons et mal dans la cage thoracique. Que faire ?	59
32.	J'ai fait un pneumothorax, cela a-t-il un rapport avec ma BPCO ?	61
33.	Porteur d'une BPCO, j'ai beaucoup maigri ces deux derniers mois ?	62
34.	J'ai de l'emphysème et je digère mal. Pourquoi ?	63
35.	Porteur d'une BPCO, je fais des crises de palpitations. Pour quelles raisons ?	64
36.	Porteur d'une BPCO, j'ai les jambes qui gonflent. Quelle en est la signification ?	65
37.	Quelle est ma qualité de vie ?	66

ÉVOLUTION DE LA BPCO

38.	Ma gêne respiratoire peut-elle régresser ? Cette maladie peut-elle guérir ? Comment vais-je vieillir ?	70
39.	Mes symptômes se sont modifiés. Quand dois-je m'alerter ?	71
40.	Je suis arrivé en réanimation dans le coma. Cela a-t-il un rapport avec mes poumons ?	73
41.	Le cancer pulmonaire est-il plus fréquent dans la BPCO ?	74
42.	On vient de découvrir en plus de ma BPCO un cancer pulmonaire. Les spécialistes ne veulent pas m'opérer. Pour quelles raisons ?	74
43.	Un asthme peut-il évoluer vers une BPCO ?	75
44.	On m'a parlé de spirale de déconditionnement. Quelle en est la signification ?	76
45.	Quand devient-on insuffisant respiratoire ?	77

46.	La BPCO peut-elle fatiguer le cœur ?	79
47.	Cette maladie raccourcit-elle la durée de vie ?	80

BPCO ET ENVIRONNEMENT

48.	Ma maladie est-elle contagieuse ?	82
49.	Ma profession aggrave-t-elle ma maladie ?	83
50.	Je vais mieux. Puis-je fumer à nouveau ?	84
51.	J'étais allergique dans l'enfance. Dois-je prendre des précautions ?	85
52.	Dès que la température baisse ou dès qu'il pleut je prends froid, je tousse et crache ; dois-je reprendre des antibiotiques systématiquement ?	86
53.	Puis-je faire du sport ?	86
54.	Quel climat convient aux sujets atteints de BPCO ? Puis-je aller en altitude ?	88

BPCO ET EXAMENS COMPLÉMENTAIRES

55.	Mon médecin généraliste peut-il savoir si mes bronches ont un calibre rétréci ?	90
56.	À quel rythme dois-je rencontrer mon médecin généraliste ? Mon spécialiste ?	91
57.	Le bilan chez le pneumologue est-il indispensable ? Qu'apporte-t-il ?	92
58.	Dois-je faire analyser mes crachats ?	93
59.	Quels repères simples peut-on utiliser pour évaluer mon souffle ?	94
60.	En quoi consiste l'examen du souffle ? Qu'est ce que le VEMS dont parle mon pneumologue ?	95
61.	La mesure des gaz du sang doit-elle être systématique ?	99
62.	Quels sont les examens biologiques nécessaires ?	100
63.	La radiographie pulmonaire a-t-elle une utilité ?	101
64.	Le scanner thoracique peut-il remplacer l'examen du souffle ?	103
65.	Un bilan cardiologique est-il nécessaire ?	105
66.	Le spécialiste m'a recommandé une épreuve d'effort. De quoi s'agit-il ?	106

TRAITEMENTS

67.	Quelles sont les priorités de la prise en charge ? Les thérapeutiques douces ont-elles une place ?	110
68.	Les vaccins contre la grippe et le pneumocoque sont-ils indispensables. Peut-on imaginer d'autres vaccins contre les virus ou bactéries touchant le poumon ?	111
69.	Comment puis-je m'arrêter de fumer ? La cigarette électronique peut-elle me rendre service ? Est-elle moins toxique que le tabac ?	113

70.	Je fume depuis très longtemps. J'ai 60 ans. Arrêter le tabac a-t-il un intérêt ?	115
71.	Mes crachats sont devenus plus sales et plus épais. Que dois-je faire ? Mes crachats sont sales en continu. Dois-je prendre des antibiotiques en permanence ?	116
72.	Rien ne calme ma toux. Que dois-je faire ?	117
73.	Faut-il prendre plusieurs médicaments ? À quoi servent les bronchodilatateurs ?	118
74.	Mes médicaments me soulagent partiellement. Est ce normal ? Dois-je changer de traitement ? Dois-je le prendre tous les jours ?	120
75.	Quand dois-je faire des aérosols avec un appareil spécifique ?	121
76.	Le traitement cortisonique a-t-il un intérêt ?	123
77.	Je suis essoufflé à l'effort donc je bouge le moins possible. Comment puis-je sortir de cette situation ?	124
78.	J'ai une BPCO. Dois-je m'écarter de la ville à certaines périodes de l'année. Les cures climatiques jouent-elles un rôle bénéfique ?	125
79.	La BPCO est-elle néfaste pour une grossesse ?	126
80.	Quelles sont les différentes possibilités de traitement avec l'oxygène ?	127
81.	Quand l'oxygène est-il indiqué ?	129
82.	Après une exacerbation doit-on prendre de l'oxygène ?	130
83.	Que me conseillez-vous en pratique pour mon oxygénothérapie ?	131
84.	Puis-je me déplacer avec l'oxygène en France, en Europe, en avion ?	134
85.	À quoi sert une ventilation non invasive (VNI) ?	135
86.	Je viens d'être équipé en oxygène. Pouvez-vous répondre à mes questions pratiques ?	137
87.	Tout acte chirurgical est-il possible dans un contexte de BPCO ?	139
88.	La réhabilitation respiratoire et l'éducation thérapeutique peuvent-elles m'aider dans la gestion de ma maladie respiratoire ?	140
89.	Peut-on gérer son souffle lors des exacerbations ? Lors des efforts ? Lors du stress ? Avec l'environnement ?	141
90.	Dois-je rencontrer un kinésithérapeute ?	143
91.	L'infirmière peut-elle m'aider ?	144
92.	La diététicienne joue-t-elle un rôle dans cette maladie ?	145

LA BPCO EST-ELLE UNE DÉFAITE ?

« LA SANTÉ EST UN BIEN DONT ON DÉCOUVRE LE CARACTÈRE PRÉCIEUX UNE FOIS DISPARUE »

93.	Qu'entend-on par parcours de soins de la BPCO ? J'ai entendu parler de réseau. Expliquez moi ?	148
94.	J'ai peur du regard des autres. Est-ce normal ?	150

95.	Comment vivre avec une BPCO ? Comment puis-je maintenir une activité physique quand il fait froid ou trop chaud ? Puis-je avoir des rapports sexuels avec une BPCO ?	152
96.	Comment vais-je vieillir avec une BPCO ?	153
97.	Comment puis-je maintenir mes acquis ?	154
98.	Quelles sont les perspectives de traitement à l'avenir ? Quelle est la place de la greffe de poumon ?	155
99.	Ma maladie est-elle prise en charge par la sécurité sociale ? Ai-je droit à une affection de longue durée ?	157
100.	Existe-il des associations de malades BPCO ?	158
	COMBIEN DE FOIS ?	159