

Exacerbation de BPCO



Les points clés

La **BPCO** (Broncho Pneumopathie Chronique Obstructive) est une maladie très fréquente. Elle atteint le plus souvent **les fumeurs**. Elle se manifeste souvent par une toux, des expectorations, un manque de souffle. On parle d'exacerbation de BPCO lorsque ces signes s'aggravent ou apparaissent. En France, on compte chaque année environ 2 millions de cas d'exacerbations. Elles sont responsables de 40 000 à 60 000 hospitalisations.



> LES SIGNES

Voilà les signes qui font craindre une exacerbation :

- Des crachats plus sales voire purulents.
- Des expectorations plus volumineuses.
- Une toux plus importante.
- Une augmentation ou apparition d'une gêne pour respirer.

NB : La fièvre n'est pas toujours présente.

> DE MULTIPLES CAUSES

Les infections ne sont en cause que dans la moitié des cas. Elles peuvent être dues à des virus ou à des bactéries. Parfois l'exposition à des polluants domestiques ou industriels est responsable. Souvent on ne trouve pas de cause.

> LES COMPLICATIONS

L'exacerbation peut survenir à tous les stades de la maladie. Plus la maladie est sévère, plus l'exacerbation risque d'être grave. Elle peut conduire à une **insuffisance respiratoire aiguë** : les poumons ne sont plus capables d'amener assez d'oxygène à l'organisme. Cela peut conduire au décès.

> L'ÉVOLUTION SPONTANÉE

Une exacerbation est d'évolution imprévisible. Elle peut s'aggraver rapidement malgré le traitement.



La prise en charge

> LE DIAGNOSTIC

Il est clinique. Votre médecin demandera parfois de réaliser une radiographie des poumons et/ou une prise de sang.

> LE TRAITEMENT

- Il s'agit principalement de bronchodilatateurs (bêta-2 mimétiques, anticholinergiques).
- **Les antibiotiques ne sont pas systématiques.**
- Votre médecin vous en prescrira en fonction de la sévérité de votre BPCO et de la sévérité de l'exacerbation. Précisez à votre médecin si vous avez pris des antibiotiques dans les 3 derniers mois.
- La kinésithérapie est parfois prescrite.

Attention : certains médicaments ne sont à prendre qu'après avis de votre médecin (les médicaments contre la toux, les somnifères, les tranquillisants, les bêtabloquants...).



Pour limiter les épisodes ?

- Arrêtez de fumer : c'est essentiel ! Vous pouvez vous faire aider pour cela.
- Prenez votre traitement de fond si vous en avez un.
- Faites le vaccin contre la grippe et le pneumocoque : cela réduit le risque d'exacerbation .
- Suivez un programme de réhabilitation pulmonaire.
- Evitez de vous retrouver dans des endroits pollués ou au contact de gaz toxiques.
- Evitez les efforts physiques lors des pics de pollution.
- Evitez de vous exposer à l'air froid et humide, au vent.



Les précautions

Trois axes pour limiter les crises

- Prenez bien votre **traitement de fond**.
- Evitez les **facteurs déclenchants** :
 - Arrêtez de fumer et évitez le contact avec les fumeurs.
 - Aérez régulièrement votre habitation.
 - Empêchez les animaux d'entrer dans votre chambre.
 - Evitez de faire du sport lors des pics de pollution.
 - Méfiez-vous des aérosols.
- Participez à des **programmes d'éducation thérapeutique**.



Quand reconsulter?

- Si la fièvre dure plus de 4 jours.
- Si l'essoufflement augmente.
- Si vos côtes se creusent quand vous respirez.
- Si vos lèvres ou vos doigts sont bleus.
- Si votre pouls n'est pas régulier.
- Si vos jambes gonflent.
- En cas de nouvel épisode d'exacerbation.
- Si vous êtes gêné par votre asthme dans la vie quotidienne.
- Si votre asthme n'est pas bien contrôlé.