

BPCO

Les aidants,
un soutien indispensable !



Pour en savoir plus : www.lesouffle.org

Qu'est-ce que la BPCO

La **BPCO** ou **Broncho Pneumopathie Chronique Obstructive** est une maladie qui souvent au début de son évolution est silencieuse, mais qui peut évoluer vers un handicap majeur.

Elle se définit par une inflammation chronique des voies aériennes, qui entraîne une obstruction progressivement croissante des voies aériennes responsables d'un essoufflement, qui s'aggrave au fur et à mesure que les bronches se ferment. Elle touche près de **3,5 millions de personnes en France**, mais elle est sous diagnostiquée, sous traitée et le plus souvent méconnue du grand public.

La cause principale de la maladie est le **TABAGISME** – dans **90% des cas**, les autres causes peuvent être les expositions professionnelles (exemple : céréaliers, boulangers, maçons...). Souvent les malades ignorent ou banalisent les symptômes initiaux. Le diagnostic doit être confirmé par la mesure du souffle (spirométrie). La BPCO a un impact considérable sur la santé individuelle et est fréquemment associée à d'autres maladies (co-morbidités) : anxiété, dépression, maladies cardio-vasculaires, amaigrissement, cancer broncho-pulmonaire. Elle a un impact sanitaire important avec **100 000 hospitalisations par an en France**.

Près de
18 000
décès en **2014**

13 %
d'augmentation
des coûts liés aux
hospitalisations entre
2007 et 2012

2/3
des cas non
diagnostiqués

+ 1,7 %
hausse annuelle de
la mortalité chez les
femmes

6 à 8 %
de la population
adulte touchée

40 %
des patient(e)s en activité
contraint(e)s à une mise
en invalidité ou un congé
longue maladie

Aider les aidants.

Dans tous les types de maladies, et plus encore dans les maladies chroniques, le rôle des aidants est capital tant pour un diagnostic précoce que pour une amélioration de la qualité de vie du patient. Pourtant, l'aidant, maillon essentiel dans l'amélioration de la qualité de vie des patients atteints de BPCO, par son implication, peut être confronté à des conséquences psycho-sociales multiples. Comment accompagner l'aidant dans le rôle qu'il endosse ?

● Vivre avec une personne atteinte de BPCO nécessite de la vigilance et une implication :

Etre attentif à la prise régulière de ses traitements, à l'environnement (présence d'allergènes, conditions météorologiques et qualité de l'air). La famille et l'entourage jouent un rôle important dans l'aide à la gestion de la maladie.

● Les conséquences de la BPCO sur les proches.

La maladie a des conséquences sur la vie du patient et de ses proches.

Vie familiale et qualité de vie

La BPCO peut être à l'origine d'un état de stress et de difficultés pour participer à des activités familiales, en particulier sorties et activités physiques.



Difficultés à gérer les traitements

Difficulté à se traiter tous les jours, techniques de prise de médicaments,...



Vie professionnelle

Absentéisme, perte éventuelle de salaire



Poids financiers

Visites médicales, coûts médicaux et paramédicaux.



Pour accompagner une personne atteinte de BPCO, les professionnels de santé (médecins, pharmaciens, infirmières, kinésithérapeutes...) et le réseau social personnel (entourage, famille, amis,...) sont en 1^{ère} ligne.

● Le soutien familial au patient atteint de BPCO repose sur :

- La collaboration de sa famille et des proches avec les acteurs de santé (médecins, infirmiers, pharmaciens, kinésithérapeutes, spécialistes, associations de patients) pour une meilleure connaissance de la BPCO et de ses traitements.
- L'aide à la gestion de la BPCO (observance thérapeutique, surveillance des symptômes, gestion des exacerbations, renforcement de l'activité physique)
- Le contrôle de l'environnement (allergènes, pollution, suppression du tabac,...)

● Aider un proche atteint de BPCO

Lorsqu'une BPCO est diagnostiquée chez un proche, les modes de vie vont devoir s'adapter pour mieux gérer la maladie car compte tenu des symptômes associés, la BPCO contraint les patients à réduire plus ou moins drastiquement leurs activités. Les patients peuvent également souffrir de l'incompréhension de la société à leur égard.

LES PROCHES

- **Cellule familiale** (membres de la famille)
- **Soignants :**
 - **Pharmaciens :** explication de l'ordonnance, du traitement, du dispositif d'inhalation et aide à l'observance (prendre son traitement tous les jours)
 - **Médecins généralistes et spécialistes (pneumologues)** qui interviennent dans le diagnostic, le suivi de la BPCO et les mesures du souffle
 - **Infirmières et kinésithérapeutes :** dans le cadre du réentraînement à l'effort
 - **Environnement professionnel :** collègues, médecins du travail

S'INFORMER

Avant tout il faut comprendre la maladie. La BPCO est une maladie caractérisée par une obstruction permanente chronique des bronches dont le rôle est d'amener l'air à l'intérieur des poumons.

Elle est responsable de symptômes respiratoires : essoufflement à l'effort, toux, expectoration, fatigue, bronchites répétées...

Elle relève de deux composantes associées à des degrés divers : l'atteinte bronchique chronique (inflammation chronique et diffuse des voies aériennes) et l'emphysème (destruction progressive et irréversible des alvéoles pulmonaires).

Elle est liée dans la très grande majorité des cas à un tabagisme ancien ou toujours présent. Le sevrage complet du tabac est un élément majeur de la prise en charge de la BPCO, qui nécessite souvent un accompagnement du patient pour lequel les aidants ont un rôle important.



● La réhabilitation respiratoire

La réhabilitation respiratoire et l'activité physique permettent aux patients de retrouver une partie de leur capacité. La réhabilitation respiratoire est une des composantes principales du traitement non médicamenteux des patients atteints de BPCO.

La réhabilitation respiratoire est menée par une équipe pluridisciplinaire : médecins, pharmaciens, infirmiers, kinésithérapeutes.

Les bénéfices de la réhabilitation respiratoire sur la santé et la qualité de vie des patients font consensus. Le suivi de telles thérapies améliore les capacités à l'exercice, diminue l'essoufflement, réduit le nombre et la durée des hospitalisations, accélère la récupération post hospitalisation, améliore l'anxiété et la dépression. Ces bénéfices sont encore plus importants lorsque la réhabilitation est associée à l'utilisation des bronchodilatateurs.

● Où ?

Des centres de réhabilitation respiratoire existent dans la plupart des départements français mais restent insuffisamment développés. Afin de trouver un centre proche de chez vous, votre pneumologue est le plus à même d'indiquer les centres et leurs coordonnées.

Conclusion

L'importance des aidants

Le soutien de l'entourage est essentiel pour toute personne atteinte de BPCO. Il s'agit de l'aider à s'adapter aux difficultés qu'il pourrait rencontrer. Ce soutien peut prendre diverses formes : affectif, didactique, matériel...

Il permet d'insuffler un sentiment de sécurité. Soyez attentif à ne pas surprotéger ou, au contraire, à négliger votre proche.



La Fondation du Souffle

La Fondation du Souffle, fondation de recherche reconnue d'utilité publique, agit pour le Souffle et pour la Vie.

Elle réunit les forces vives du monde de la pneumologie autour de trois missions :

- Financer la recherche en pneumologie,
- Informer le grand public sur les avancées de la recherche, les nouvelles pistes thérapeutiques et sur la prévention des maladies respiratoires.
- Aider les malades en situation de précarité.

Réunir sous un même toit des professionnels de santé, des malades et des bénévoles d'associations amplifie notre parole et nos actions.

C'est grâce au soutien et à la générosité de ses donateurs que la Fondation du Souffle est en mesure d'agir et de contribuer à sauver des vies.

**DONNEZ-NOUS LES MOYENS D'AGIR, FAITES UN DON*
POUR LE SOUFFLE ET POUR LA VIE.**

Par courrier, à l'ordre de la Fondation du Souffle
66 boulevard Saint Michel – 75006 Paris

Par internet : www.lesouffle.org

Par SMS : en envoyant « Souffle » par SMS au 92792 (don de 5 euros)

Des questions ?

contact@lesouffle.org ou 01 46 34 58 80

**Les dons sont déductibles de l'impôt sur le revenu, de l'impôt sur la fortune immobilière (IFI) et de l'impôt sur les sociétés.*



Pour plus d'informations
connectez-vous à notre site

www.lesouffle.org



Avec le soutien de : ASTRAZENECA, CHIESI, GLAXOSMITHKLINE, MENARINI, NOVARTIS PHARMA,
PUBLICIS HEALTH, SOS OXYGÈNE

Octobre 2019