

Mes
POUMONS
Ma vie



INFORMATIONS PATIENTS·ES SUR LE

TRAITEMENT DE LA BPCO SÉVÈRE

QUEL EST LE TRAITEMENT QUI ME CONVIENT LE MIEUX?

C'est le médecin qui décide individuellement du traitement que vous recevrez.

À CET EFFET, DEUX POINTS SONT PARTICULIÈREMENT IMPORTANTS:

- 1 **Symptômes:** Quel est le degré d'intensité des symptômes (sous le traitement actuel), par exemple, la toux et les difficultés respiratoires?
- 2 **Exacerbation (aggravation aiguë) de la BPCO:** Quelle est la fréquence des exacerbations aiguës sous le traitement actuel?



Si les symptômes s'aggravent ou si les exacerbations sont plus fréquentes, même si vous prenez vos traitements régulièrement et correctement, votre médecin envisagera la nécessité de changer de traitement.

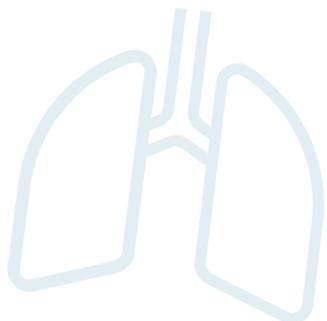
QUELS MÉDICAMENTS SONT UTILISÉS?

Le traitement de base de la BPCO repose sur des principes actifs qui dilatent les voies respiratoires, appelés bronchodilatateurs: ils réduisent la tension musculaire des bronches et entraînent ainsi une dilatation des voies respiratoires. Les bronchodilatateurs peuvent ainsi réduire les symptômes de la BPCO.

LES DEUX GROUPES DE PRINCIPES ACTIFS BRONCHODILATATEURS SONT:

- ▶ **les bêta-2-sympathomimétiques** (également appelés LABA ou bêtamimétiques)
- ▶ **et les anticholinergiques** (également appelés LAMA).

Les deux groupes de principes actifs entraînent une dilatation des voies respiratoires, mais ils se distinguent par leurs mécanismes d'action. C'est pour cela que ces deux groupes sont très souvent utilisés en association, car ils peuvent alors se renforcer mutuellement dans leurs effets.



Les principes actifs sont inhalés et sont également disponibles en association dans un inhalateur.

En cas d'exacerbations (aggravations aiguës) fréquentes de la BPCO malgré le traitement de base, il a été démontré que la prise d'un troisième principe actif peut être utile.



Ce principe actif est un corticostéroïde, également appelé cortisone. Les corticostéroïdes ont un effet anti-inflammatoire et peuvent ainsi aider à réduire les aggravations aiguës de la BPCO.

Dans le traitement de la BPCO, la cortisone est utilisée sous forme de médicament à inhaler. Ainsi, elle n'est pas répartie dans tout le corps, mais elle parvient de manière ciblée dans les voies respiratoires. Par conséquent, les doses nécessaires sont faibles et le risque d'effets secondaires est nettement réduit par rapport aux comprimés de cortisone.

Dans le traitement à long terme de la BPCO, les corticostéroïdes sont utilisés en association avec des médicaments bronchodilatateurs sous forme de traitement inhalé. Lorsqu'ils sont associés, ces trois principes actifs peuvent réduire les symptômes et prévenir les aggravations aiguës.

3

Cette triple association est appelée «trithérapie». Pour faciliter l'utilisation, il existe des médicaments qui contiennent les 3 principes actifs dans un inhalateur.

QUE FAUT-IL ENCORE SAVOIR?

Une prise régulière et correcte du traitement est essentielle pour en assurer sa bonne efficacité. C'est pourquoi il est important que vous soyez à l'aise avec l'utilisation de votre inhalateur.

- ▶ Demandez à votre médecin de vous montrer comment utiliser l'inhalateur et ce à quoi vous devez prêter attention.
- ▶ Demandez régulièrement à votre médecin de vérifier comment vous utilisez votre inhalateur.
- ▶ Nettoyez votre inhalateur une fois par semaine. Vous évitez ainsi que les résidus de médicaments ne se déposent dans l'embout.

Des corps étrangers peuvent toujours s'y glisser, et il serait dommage que vos médicaments perdent en efficacité à cause de cela.



QUE PUIS-JE ENCORE FAIRE?

Vous pouvez grandement améliorer l'évolution de la BPCO!

VOICI QUELQUES IDÉES:



Prenez vos médicaments régulièrement et comme prescrit. Si vous avez l'impression qu'un médicament n'a pas l'effet escompté ou que vous ne le tolérez pas bien, parlez-en à votre médecin.

Retrouvez le plaisir de bouger! Les patients-es qui souffrent de difficultés respiratoires sont souvent réticents-es à faire de l'exercice, par peur d'avoir encore plus de difficultés à respirer. Faire du sport dans un groupe de personnes souffrant des mêmes symptômes peut aider, tout comme une physiothérapie respiratoire spécifique. Vous y apprendrez à bien respirer pendant l'effort, ce qui facilitera votre quotidien. Et une activité physique régulière peut avoir un effet positif sur l'évolution de votre BPCO.



Surveillez votre alimentation. Vous pouvez grandement contribuer à l'amélioration de votre santé en faisant attention à votre alimentation. Beaucoup de personnes atteintes de BPCO sont en sous-poids ou en surpoids. Parlez-en à votre médecin et demandez-lui à quoi vous devez faire attention en matière d'alimentation, et quels sont les aliments qui vous conviennent le mieux.



Comment allez-vous? Demandez-vous plus souvent comment vous allez. Une maladie chronique telle que la BPCO peut être un fardeau. Cela peut vous être bénéfique d'en discuter avec d'autres personnes concernées, par exemple, dans un groupe d'entraide.



Ne fumez pas ou arrêtez de fumer. Vous avez peut-être déjà essayé plusieurs fois d'arrêter. Faites-vous aider! Votre médecin peut vous conseiller sur ce qui peut vous aider à arrêter de fumer.

Si vous avez d'autres questions à propos de votre maladie, veuillez vous adresser à votre médecin ou à l'équipe du cabinet.