BPCO

...MA BPCO SANS EXA !

SANS EXAGÉRATION ?



NON, SANS EXACERBATION !

LE SAVIEZ-VOUS ?

La BPCO peut s'aggraver de manière plus ou moins soudaine, sous forme de poussées caractérisées par une augmentation des symptômes :

- toux,
- crachats,
- dyspnée/essoufflement…

C'EST L'EXACERBATION

L'exacerbation peut conduire à l'**hôpital.**

Il est important de savoir en reconnaître **au plus tôt** les premiers signes et d'alerter son médecin.

QUE FAIRE EN SITUATION D'URGENCE ?

Contacter immédiatement votre médecin ou un service d'urgence (**15** ou **112** depuis un téléphone). Cela évitera une réhospitalisation.

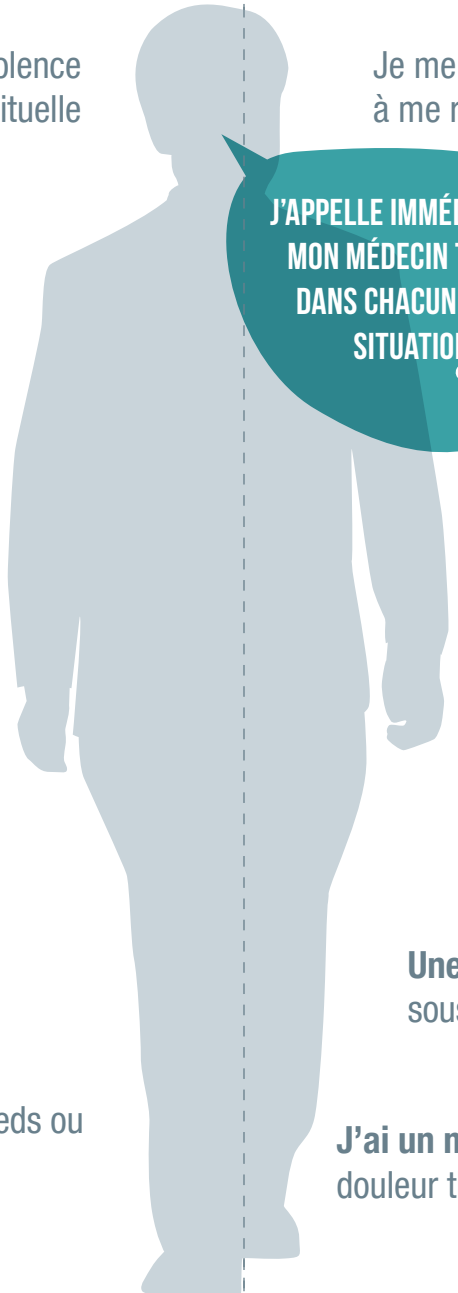
AU MOINDRE DOUTE…

Demandez conseil auprès de votre **médecin**, car prévenir tôt, c'est **éviter les complications** de la maladie et l'aggravation de votre état.



QUELS SONT LES SIGNES QUI DOIVENT M'ALERTER ET ME FAIRE RÉAGIR ? [1]

Les signes avant-coureurs de l'exacerbation doivent m'alerter.



Je souffre de somnolence ou d'une agitation inhabituelle

Je me sens désorienté(e), j'ai du mal à me repérer dans le temps ou l'espace

J'APPELLE IMMÉDIATEMENT MON MÉDECIN TRAITANT DANS CHACUNE DE CES SITUATIONS :

J'ai de la fièvre, une toux grasse ou des crachats jaunâtres ou verdâtres

J'ai des crachats sanglants

Je ne peux plus évacuer mes crachats ou ma toux devient inefficace

Je m'essouffle de manière inhabituelle ou pour des efforts minimes

Ma respiration s'accélère au repos (plus de 25 inspirations/min)

Mon rythme cardiaque augmente au repos (plus de 110 pulsations/min)

J'ai du mal à dormir, parler ou manger car je suis essoufflé(e)

Je me sens **beaucoup plus fatigué(e)** que d'habitude

Une coloration bleutée apparaît sous mes ongles ou sur mes lèvres

Mes chevilles, pieds ou jambes **enflent**

J'ai un mal inhabituel : douleur thoracique…

VOUS AVEZ UN DOUTE ?

REPÉREZ CI-DESSOUS LES PREMIERS SIGNES D'EXACERBATION[2]



Sélectionnez la description la plus représentative de votre état actuel, par rapport à d'habitude.

Aggravation de la toux	Augmentation du volume des expectorations (crachats)	Essoufflement	Difficultés respiratoires	Limitation des activités
Comme d'habitude	Comme d'habitude	Comme d'habitude	Comme d'habitude	Comme d'habitude
Légère	Légère	Léger	Légères	Légère
Modérée	Modérée	Modéré	Modérées	Modérée
Sévère	Sévère	Sévère	Sévères	Sévère

Si vous avez sélectionné au moins 2 réponses de couleur rouge, vous présentez peut-être une exacerbation (crise) de la BPCO.

IL EST DONC NÉCESSAIRE DE CONSULTER VOTRE MÉDECIN.



POUR GUIDER VOTRE MÉDECIN,

REMPLISSEZ CE QUESTIONNAIRE QUI L'AIDERA À DÉTECTER LES SIGNES D'EXACERBATION

VOUS

Votre état général au cours des derniers mois ?

.....

.....

.....

Votre activité quotidienne ?

.....

.....

.....

Votre régime alimentaire?

.....

.....

.....

.....

.....



VOS SYMPTÔMES ET COMMENT ILS AFFECTENT VOTRE VIE

Quels sont vos problèmes respiratoires ?

.....

.....

Se sont-ils aggravés récemment ? ❑ OUI ❑ NON

Quand et comment ces problèmes se manifestent-ils ?

.....

.....

Affectent-ils vos activités quotidiennes ? ❑ OUI ❑ NON

Avez-vous récemment eu une aggravation de votre fonction pulmonaire, comme une exacerbation, une bronchite ou une pneumonie ? ❑ OUI ❑ NON

Avez-vous pris des stéroïdes oraux ou des antibiotiques pour une affection thoracique ? ❑ OUI ❑ NON

VOTRE TRAITEMENT

Utilisez-vous votre (vos) inhalateur(s) régulièrement ? ❑ OUI ❑ NON

Montrez au médecin comment vous l'utilisez.

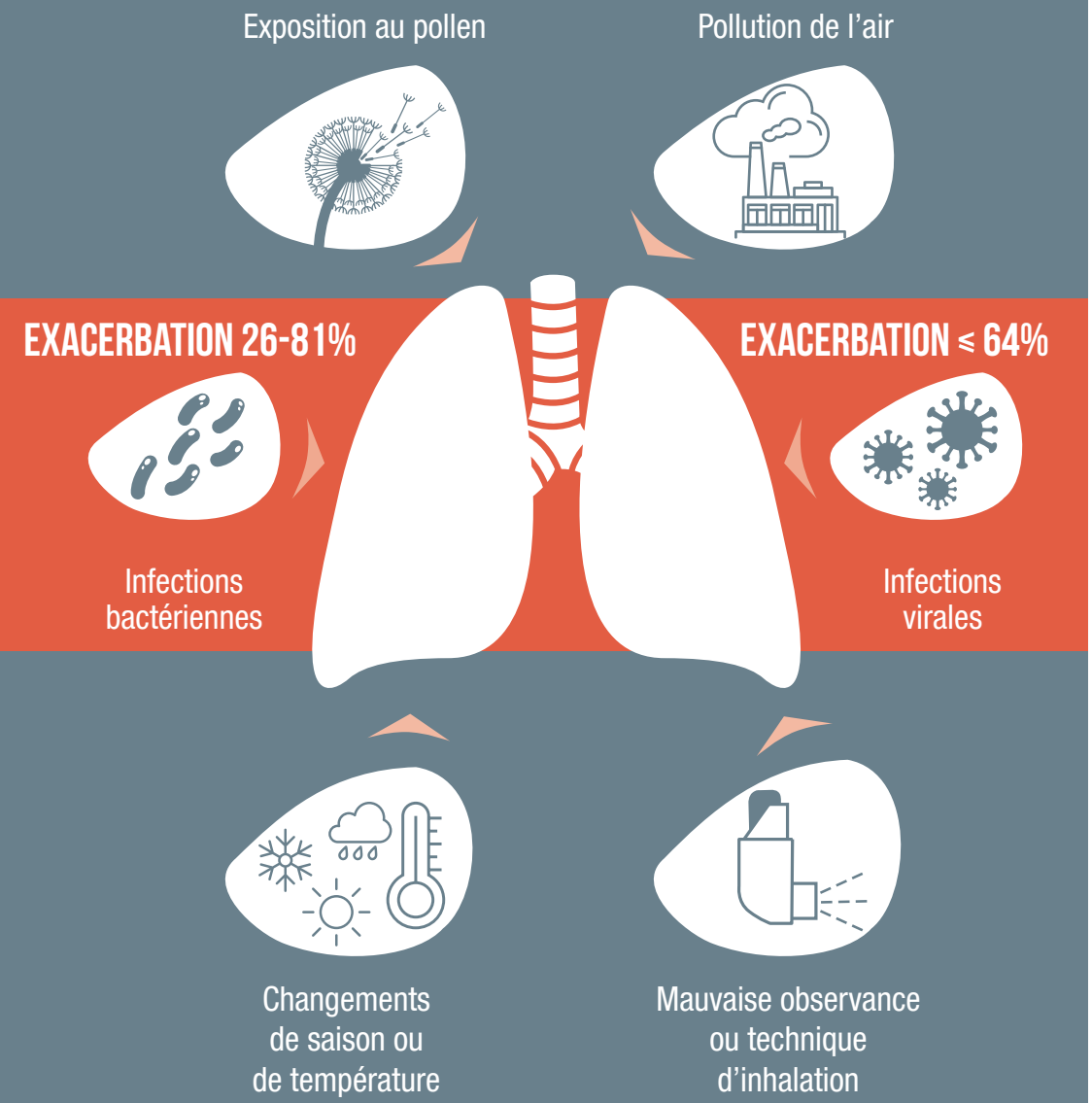
Faites-vous un ou plusieurs exercices de respiration conseillés ?
❑ OUI ❑ NON

AVANT CHAQUE CONSULTATION,
REMPLISSEZ CE QUESTIONNAIRE ET AIDEZ VOTRE MÉDECIN À DÉTECTER LES SIGNES D'EXACERBATION [3]

							Score
Je ne tousse jamais	1	2	3	4	5	Je tousse tout le temps	❑
Je n'ai aucune sécrétion (mucus) dans la poitrine	1	2	3	4	5	Ma poitrine est pleine de sécrétions (mucus)	❑
Ma poitrine ne semble pas serrée du tout	1	2	3	4	5	Ma poitrine semble très serrée	❑
Quand je monte une pente ou des escaliers, je ne suis pas essoufflé(e)	1	2	3	4	5	Quand je monte une pente ou des escaliers, je suis très essoufflé(e)	❑
Je ne suis limité(e) dans aucune de mes activités domestiques	1	2	3	4	5	Je suis très limité(e) dans mes activités domestiques	❑
Je ne crains pas de sortir de chez moi malgré mon état pulmonaire	1	2	3	4	5	J'ai très peur de sortir de chez moi à cause de mon état pulmonaire	❑
Je dors paisiblement	1	2	3	4	5	Je ne dors pas bien à cause de mon état pulmonaire	❑
Je suis plein d'énergie	1	2	3	4	5	Je n'ai aucune énergie	❑

TOTAL ❑

QU'EST-CE QUI PEUT CAUSER UNE EXACERBATION ?



Bibliographie

1. Amélie, Carnet de suivi Prado après hospitalisation BPCO.

2. Adapté de Jones *et al.* International Journal of Chronic Obstructive Pulmonary Disease 2022:17 213–222.

3. Hurst *et al.* Am J Respir Crit Care Med. 2009; 179-369-374Shawn D Aaron, BMJ, Management and prevention of exacerbation in COPD

Notes

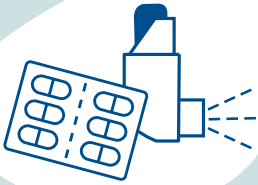
ET SI LE MEILLEUR MÉDICAMENT C'ÉTAIT VOUS ?



Vaccinez-vous



L'arrêt du tabac est important



Prenez votre traitement

NP-FR-CPU-BROC-240003V1 Septembre 2024@ 2024 Groupe GSK, RCA Factory et Respiracteurs

Brochure co-construite avec l'association de patients Respiracteurs en partenariat avec le laboratoire GSK. Produite et diffusée gratuitement par le groupe GSK et l'association Respiracteurs.

RESPIRACTEURS

GSK