

## Je souffre de BPCO, je préviens les exacerbations

**Si vous souffrez de BPCO et que votre toux s'aggrave subitement, que vos difficultés respiratoires s'intensifient ou que vos crachats deviennent plus abondants, consultez immédiatement votre médecin. Il pourrait s'agir d'une exacerbation.**

### Qu'est-ce qu'une exacerbation de BPCO ?

La broncho-pneumopathie chronique obstructive (BPCO) est une maladie pulmonaire évolutive. Les symptômes clés sont : l'essoufflement, la production excessive de mucus et la toux chronique.

Lorsque ces symptômes s'aggravent subitement, on parle d'exacerbation. Souvent, les exacerbations sont provoquées par une infection pulmonaire bactérienne ou virale. Plus rarement, elles sont dues à la pollution ou à des irritants inhalés sur le lieu de travail.

### Je fume

Si vous n'avez pas encore arrêté de fumer, il faut le faire. Le tabac est très irritant pour les poumons. Plus vous fumez, plus votre maladie va s'aggraver, plus le risque de surinfection est élevé.

Si vous ne parvenez pas à arrêter de fumer, consultez votre médecin. Il peut vous aider à y parvenir.

### Comment puis-je prévenir ces exacerbations ?

Vous devez suivre le traitement que votre médecin vous a prescrit. En plus du traitement médicamenteux, des séances de kinésithérapie respiratoire peuvent vous aider à évacuer le mucus qui encombre vos bronches.

Un vaccin contre la grippe est conseillé à tous les patients atteints de BPCO. Le virus de la grippe peut, en effet, avoir des répercussions négatives sur vos poumons.

Un vaccin contre le pneumocoque peut également être indiqué.

Une bonne hygiène dentaire est importante : brossez-vous régulièrement les dents et consultez votre dentiste au minimum tous les 6 mois pour un détartrage et un traitement des caries.

Si des personnes de votre entourage sont malades, évitez de vous en approcher.

Un traitement adapté et précoce des exacerbations de BPCO est impératif, afin d'éviter toute complication de la maladie.

### Informations sur le document

Date de validation : **22/02/10**