

## La broncho-pneumopathie chronique obstructive (BPCO) et l'asthme CHRONIC OBSTRUCTIVE PULMONARY DISEASE (COPD) AND ASTHMA

Les deux maladies sont des maladies respiratoires chroniques et sont des maladies de plus en plus communes. Elles présentent des similitudes dans leurs symptômes et leurs traitements mais il est important de connaître la différence entre les deux.

### Qu'est ce que l'asthme? (What is asthma?)

L'asthme est une maladie chronique qui affecte les voies respiratoires. Vos voies respiratoires sont des tubes qui conduisent l'air vers vos poumons. Si vous souffrez d'asthme, les parois intérieures de vos voies respiratoires deviennent douloureuses et gonflées. Cela les rend très sensibles et elles peuvent avoir de fortes réactions contre les éléments auxquels vous êtes **allergique** ou qui vous irritent. Quand vos voies respiratoires réagissent, elles rétrécissent et les poumons reçoivent moins d'air. Cela peut provoquer des **sifflements respiratoires, une toux, un serrement de poitrine et des difficultés à respirer**. Quand vos symptômes d'asthme s'aggravent, cela s'appelle une **crise d'asthme**. Pendant une grave crise d'asthme, les voies respiratoires peuvent se bouchées tellement que vos organes vitaux n'obtiennent pas assez d'oxygène. Nous pouvons mourir d'une grave crise d'asthme.

### Qu'est ce que BPCO? (What is COPD?)

La broncho-pneumopathie chronique obstructive (BPCO) vous donne des difficultés à respirer. Les premiers signes de BPCO sont souvent la **toux glaireuse et l'essoufflement**. Quand vous souffrez de BPCO, vos voies respiratoires et vos sacs alvéolaires perdent leur forme et deviennent « lâches ».

**Fumer** est la cause la plus commune de la BPCO. Le fait de respirer d'autres irritants, comme la pollution, la poussière ou des produits chimiques peuvent également causer ou contribuer à la BPCO. **Arrêter de fumer est le meilleur moyen d'éviter de développer la BPCO.**

Les traitements peuvent vous soulager, mais il n'y a pas de cure.

### A quel degré les symptômes peuvent-ils s'améliorer? (How much will symptoms improve?)

Quand le traitement anti-asthme est pris régulièrement la plupart des gens ont un bon contrôle de leur symptômes et continuent à faire ce qu'ils aiment y compris les activités physiques, s'amuser, apprendre, dormir, faire du sport et toutes activités quotidiennes. Beaucoup d'athlètes comme des joueurs de hockey (ex : Gary Roberts) ou autres médaillés olympiques ont un bon contrôle de leur asthme, ce qui leur permet de pratiquer le sport. Le facteur clef est de gérer l'asthme en évitant les **déclencheurs** et la **prise de médicaments efficaces**.

L'asthme peut être traité et géré.

Une fois que vous avez la BPCO, il est difficile d'inverser la situation. Les patients peuvent améliorer la gestion de leurs symptômes et réduire la fréquence des périodes de réveil, mais ils auront toujours leurs voies aériennes obstruées.

### L'importance de l'éducation (The importance of education)

L'asthme et la BPCO ont besoin d'une prise régulière de médicaments pour maintenir un contrôle au quotidien. Les patients tireront des bénéfices d'un programme d'éducation structuré mené par un éducateur formé.

Les informations en ligne sur l'asthme en anglais

[www.calgaryhealthregion.ca/ican/index.html](http://www.calgaryhealthregion.ca/ican/index.html)

Regardez une vidéo en anglais sur l'asthme ou la BPCO parmi d'autres sujets en visitant

[www.calgaryhealthregion.ca](http://www.calgaryhealthregion.ca) et en cliquant sur l'icône de l'atlas humain

Source : Site web de CHR et le magazine Apple.