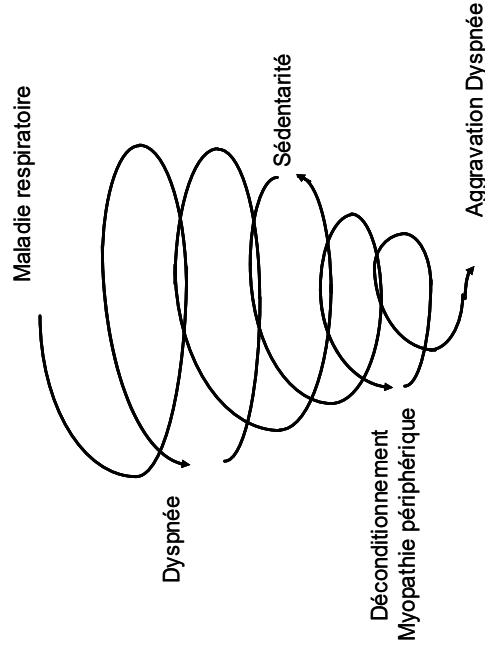


La spirale de la dyspnée



Le patient atteint de BPCO, **de par sa dyspnée, se sédentarise, induisant une détérioration progressive des muscles périphériques.** Cette faiblesse musculaire aboutit indirectement à une production d'acide lactique précoce induisant **une aggravation de la dyspnée** par stimulation des centres respiratoires situés dans le cerveau

Dans toute dyspnée,
il y a une part respiratoire mais aussi **une part musculaire**

La reprise d'une activité physique permet d'inverser cette spirale infernale et donc d'améliorer la dyspnée et la qualité de vie du patient

Importance de l'activité physique !!!!

Mieux vivre
avec une....

BPCO

Broncho Pneumopathie
Chronique Obstructive

Education à la santé Séance 1

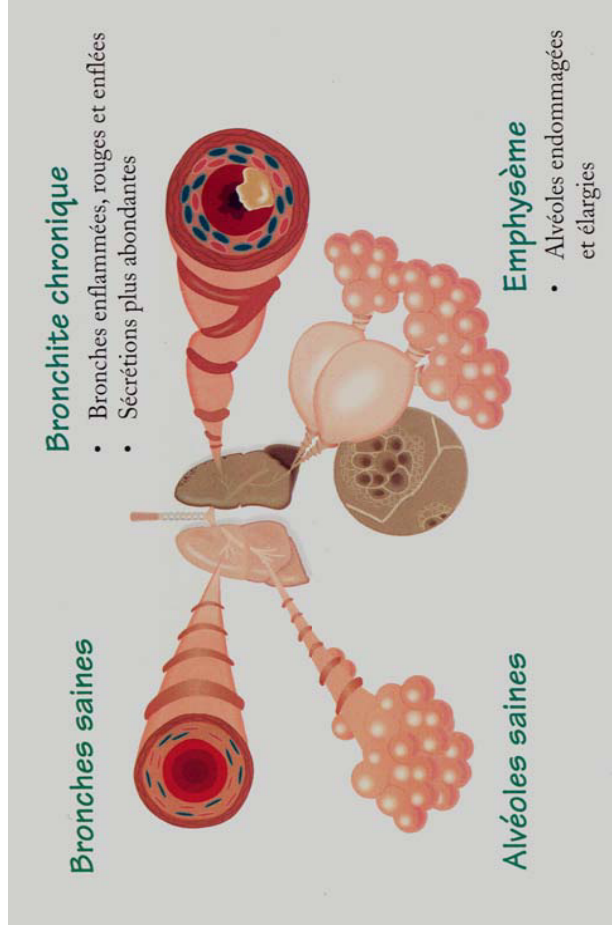
BPCO : Une maladie respiratoire mais pas uniquement !



Programme de réhabilitation respiratoire

Service de physiologie et des Explorations Fonctionnelles
EPS Farhat Hached, Sousse, Tunisie.

Une maladie respiratoire



La **BPCO** représente un ensemble de maladies respiratoires chroniques incluant la bronchite chronique et l'emphysème

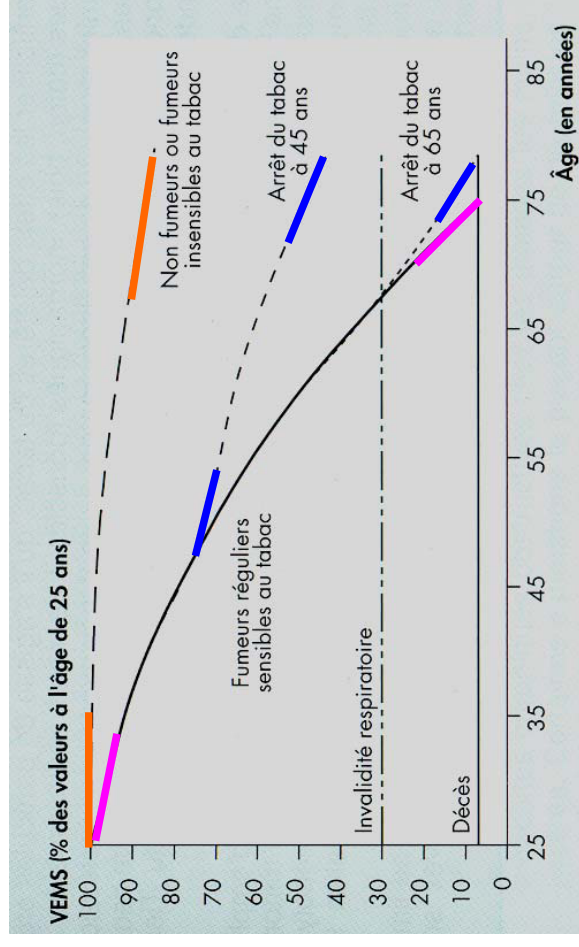
La bronchite chronique se manifeste :
par une inflammation chronique et une obstruction des bronches.

Dans l'emphysème, les petits sacs appelés alvéoles sont endommagées et leurs parois détruites.

Ces altérations progressives sont ressenties par le patient sous forme de **toux**, **expectoration** et d'**essoufflement (dyspnée)** grandissants altérant petit à petit sa qualité de vie

Lien avec le tabagisme

Le rôle du tabac dans l'apparition de cette maladie est **indiscutable et majeur**, constituant le principal facteur de risque



Les fonctions pulmonaires diminuent naturellement avec l'âge

Si vous fumez ou si vous êtes sensible aux effets du tabagisme, elles diminuent plus rapidement

Si vous cessez de fumer, le déclin de vos fonctions pulmonaires peut être ralenti ou interrompu, évitant ainsi l'invalidité

Il n'est **jamais** trop tard pour cesser de fumer!!!