

## La maladie pulmonaire obstructive chronique (MPOC)

### La cessation tabagique, la clé pour mieux respirer

Par maladie pulmonaire obstructive chronique (MPOC), on entend une famille de maladies pulmonaires très courantes comprenant l'emphysème et la bronchite chronique.

Habituellement, la MPOC progresse graduellement et restreint le débit d'air à l'entrée et à la sortie des poumons. Elle oblige aussi le cœur à fournir un plus grand effort puisqu'elle réduit la quantité d'oxygène qui circule dans le sang. La tension artérielle élevée dans les vaisseaux sanguins allant du cœur aux poumons fait en sorte que le muscle cardiaque a de la difficulté à pomper correctement. La maladie pulmonaire peut également pousser l'organisme à produire trop de globules rouges, ce qui peut rendre le sang plus épais et plus difficile à pomper<sup>1</sup>.

Le tabagisme est la principale cause de MPOC. La plupart des gens qui souffrent d'une maladie pulmonaire sont des fumeurs ou d'anciens fumeurs. Cependant, il y a certaines exceptions. Par exemple, une longue exposition à d'autres agents irritants pour les poumons – dont la pollution atmosphérique, des émanations chimiques et la poussière – peut aussi contribuer à la MPOC. De plus, une rare affection génétique, appelée alpha1-antitrypsine (AAT), peut aussi causer la maladie<sup>2</sup>.

Parmi les symptômes de MPOC, on retrouve :

- Essoufflement
- Toux chronique et productive (avec mucus)
- Sensation de « serrement » dans la poitrine
- Respiration sifflante

Bien qu'il n'existe aucun traitement pour la MPOC, des changements dans le mode de vie de la personne atteinte peuvent contribuer à réduire ses effets. La cessation tabagique est essentielle à la santé des poumons. Il peut également être utile de limiter toute exposition à la pollution et à la poussière.

**Selon Gerald W. Staton, M.D., pneumologue et l'un des consultants experts faisant partie de l'équipe du Réseau Best Doctors, la première étape pour diagnostiquer un problème pulmonaire consiste à faire passer au patient un test de spirométrie, qui sert à mesurer sa respiration. « La mesure la plus importante à prendre est de cesser de fumer ou de limiter son exposition à des facteurs environnementaux », affirme-t-il.**

#### Étapes suivantes

Votre médecin peut diagnostiquer la MPOC en fonction de vos signes et symptômes, de vos antécédents médicaux et familiaux ainsi que des résultats de vos tests. Si vous avez une toux persistante, indiquez à votre médecin depuis combien de temps elle dure, sa fréquence et la quantité de mucus que vous rejetez lorsque vous tousssez. De plus, si d'autres membres de votre famille souffrent ou ont souffert de MPOC, signalez-le à votre médecin.

La MPOC peut être difficile à diagnostiquer en raison de la variété des facteurs qui peuvent la causer. Mais si vous avez reçu un diagnostic de maladie pulmonaire, les avantages que vous procure le Réseau Best Doctors peuvent se révéler un outil important pour affronter le problème. Grâce à une analyse et à une interprétation approfondies de vos dossiers de santé, nos experts médicaux peuvent émettre un deuxième avis, objectif et précis, qui orientera les mesures que vous devrez prendre et vous aidera à mieux respirer.

<sup>1</sup> <https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/8709-chronic-obstructive-pulmonary-disease-copd> (en anglais). Voir aussi <https://pq.poumon.ca/maladies/mpoc/>.

<sup>2</sup> <https://www.nhlbi.nih.gov/health-topics/copd> (en anglais). Voir aussi : <https://pq.poumon.ca/maladies/deficit-alpha1-antitrypsine/>

**Pour obtenir de plus amples renseignements, composez le 1 877 419-2378  
ou visitez [bestdoctors.com/canada/lancer](https://bestdoctors.com/canada/lancer).**