

Alain Jéhan

LA BRONCHITE  
CHRONIQUE  
AU  
QUOTIDIEN

107 5

SANTÉ

EDITIONS  
ODILE JACOB

# Sommaire

<i>Adresses et numéros de téléphone</i> .....	14
<i>Introduction : Un rêve étrange</i> .....	15

## *Première partie*

### **La maladie**

<i>Chapitre 1 - « Est-ce bien grave, docteur ? »</i> .....	19
<i>Moi ? Malade ?</i> .....	19
<i>Encore le « trou » de la Sécurité sociale !</i> .....	21
<i>Qu'est-ce que la bronchite chronique ?</i> .....	22
<i>Je tousse et je crache depuis des années : j'ai donc une bronchite chronique ?</i> .....	24
<i>Je tousse et je crache, mais je ne suis pas essoufflé : ai-je vraiment une bronchite chronique ?</i> .....	26
<i>Ma femme dit que je fais de l'asthme... ma belle-mère dit que c'est de l'emphysème !</i> .....	28
<i>Chapitre 2 - « Le poumon ! Le poumon, vous dis-je... »</i> ..	31
<i>La crise de l'énergie au quotidien</i> .....	31
<i>Le réseau de distribution des gaz : trachée et bronches.</i> ..	34
<i>Le soufflet thoracique : le pneu et la chambre à air</i> .....	38
<i>Souvenir d'une amibe : la diffusion alvéolo-capillaire</i> .....	44
<i>Le grand huit : la circulation sanguine</i> .....	45
<i>Le rouge et le noir : histoire de globules</i> .....	51
<i>Danger : pluies acides !</i> .....	55
<i>Pour un métro propre : une équipe de nettoyage au service du poumon</i> .....	56
<i>Grilles et chiens de garde</i> .....	58
<i>L'escalator muco-ciliaire</i> .....	60
<i>Chapitre 3 - Chefs-d'œuvre en péril : les poumons du bronchitique chronique</i> .....	65
<i>Les anomalies constatées au cours de la bronchite chronique</i> .....	65

## 10 La bronchite chronique

Des bouchons sur la route : l'obstruction des grosses bronches.....	65
A bout de souffle : l'obstruction des petites bronches.....	66
Une « gonflette » épuisante : la fatigue des muscles inspiratoires.....	67
Sur le fil du rasoir : le bronchitique chronique grave à la merci d'une décompensation aiguë.....	68
L'hypoventilation alvéolaire : l'épée de Damoclès.....	68
L'embolie pulmonaire.....	69
L'infection broncho-pulmonaire.....	71
Les infections virales.....	72
L'infection bactérienne.....	73
Le pneumothorax.....	74
La pleurésie : une poche des eaux mal placée.....	75
Une si banale fracture de côte.....	75
Les dangers de l'auto-médication.....	76
L'oxygène : un peu, beaucoup... à la folie.....	76
Signal d'alarme : reconnaître une aggravation aiguë..	77
<b>Chapitre 4 – A qui la faute ? Les causes de la bronchite chronique.....</b>	<b>79</b>
Un ami qui vous veut du mal : le tabac.....	79
Les hommes préfèrent-ils les blondes?.....	80
Identifier les coupables.....	81
La nicotine.....	81
L'oxyde de carbone.....	82
Les irritants.....	83
Les substances cancérigènes.....	84
Facteurs génétiques, facteurs environnementaux, séquelles des infections virales de l'enfance.....	85
Les facteurs génétiques.....	85
Les facteurs environnementaux.....	86
Environnement professionnel.....	86
Environnement extra-professionnel.....	87
Les infections respiratoires de l'enfance.....	88
Conditions socio-économiques.....	89

## Deuxième partie

### Le traitement

<b>Chapitre 5 – L'état des lieux : le diagnostic.....</b>	<b>93</b>
La consultation chez le médecin généraliste.....	94
Avant tout un dialogue.....	94
Mais pourquoi me regarde-t-il ainsi?.....	96
Un examen minutieux de la tête aux pieds.....	97
Examens complémentaires.....	100



L'exploration fonctionnelle respiratoire.....	101
La spirométrie et la mesure du volume résiduel.....	101
Principe et technique.....	101
Résultats et interprétation.....	105
La courbe débit/volume.....	106
Principe et technique.....	106
Résultats et interprétation.....	106
Les gaz du sang.....	107
Technique.....	107
Résultats et interprétation.....	107
Les autres examens courants.....	109
La radiographie pulmonaire.....	109
L'électrocardiogramme.....	110
D'autres examens ne seront pratiqués que dans certains cas.....	111
L'épreuve d'effort.....	111
Le cathétérisme des cavités cardiaques droites et de l'artère pulmonaire.....	111
La mesure isotopique de la fraction d'éjection du ventricule droit, l'échocardiographie et le doppler.....	112
Le scanner thoracique.....	113
La fibroscopie bronchique.....	114
L'enregistrement de la SaO <sub>2</sub> nocturne et l'enregistrement polygraphique du sommeil.....	115
Qui consulter? Quand consulter?.....	116
<b>Chapitre 6 – Halte au feu!</b> .....	119
Interdiction de fumer.....	119
Quelques règles d'or pour cesser de fumer.....	120
Les techniques d'appoint.....	122
Les techniques médicamenteuses.....	122
Les sels de quinine.....	122
La nicotine.....	122
Homéopathie et mésothérapie.....	123
Les techniques psychothérapeutiques.....	123
Les techniques de psychothérapie individuelle.....	123
Psychothérapie de groupe.....	123
Acupuncture et auriculothérapie.....	124
<b>Chapitre 7 – Le traitement de l'insuffisance respiratoire.</b> .....	125
Hygiène alimentaire.....	125
Les médicaments.....	126
La théophylline.....	126
Les fluidifiants de l'expectoration.....	127
Les stimulants de la phase sol du mucus.....	128
Les fluidifiants de la phase gel du mucus.....	128
Les anti-inflammatoires.....	129

## 12 *La bronchite chronique*

Les anti-inflammatoires non dérivés de la cortisone.....	129
Les corticoïdes.....	129
Les médicaments du système nerveux autonome.....	130
Le Vectarion®.....	132
Les techniques non médicamenteuses.....	133
La kinésithérapie : défense de fumer... mais pas de cracher.....	133
Éduquer la ventilation.....	133
Désencombrer les bronches.....	134
La gymnastique respiratoire et la rééducation à l'effort.....	135
Prise en charge.....	136
Les cures thermales.....	136
L'oxygénothérapie de longue durée (O.L.D.).....	137
Monsieur de La Palice.....	137
Pour qui?.....	138
Ne pas forcer sur la bouteille!.....	139
Modalités pratiques de prescription.....	141
Au feu!.....	142
<b>Chapitre 8 – Le traitement des complications.....</b>	<b>143</b>
L'infection.....	143
Traitement curatif.....	143
Infections virales.....	143
Infections bactériennes.....	144
Traitement préventif.....	145
Infections virales.....	145
Infections bactériennes.....	146
Le cœur pulmonaire chronique.....	147
La décompensation respiratoire aiguë.....	148

### *Troisième partie*

#### **L'aide aux insuffisants respiratoires**

<b>Chapitre 9 – Un pour tous, tous pour un : le système associatif au service des IRCG.....</b>	<b>153</b>
Des amis qui vous veulent du bien : les Associations d'aide aux insuffisants respiratoires.....	153
« L'union fait la force » : l'ANTADIR.....	155
« Aide-toi, le Ciel t'aidera ! » : les Associations et Amicales de malades.....	157
<b>Chapitre 10 – Mesures sociales (par Laurence Dumont). 159</b>	<b>159</b>
Avant tout ne pas se perdre dans le labyrinthe.....	159
Les différents régimes de protection sociale.....	159
Un fil d'Ariane : l'assistante sociale.....	160
Les fées du logis.....	161

L'aide ménagère.....	161
La travailleuse familiale.....	161
L'auxiliaire de vie.....	161
<b>Améliorer le logement.....</b>	<b>162</b>
Attribution d'une HLM.....	162
Allocation logement à caractère social.....	162
Travaux d'amélioration.....	162
<b>« La santé n'a pas de prix! » : la prise en charge des soins.....</b>	<b>163</b>
L'exonération du ticket modérateur (prise en charge à 100 %).....	163
Le tiers payant.....	164
L'entente préalable.....	164
Prise en charge des transports.....	165
<b>Les revenus de remplacement.....</b>	<b>165</b>
Indemnités journalières.....	165
Pension d'invalidité.....	166
Retraite pour inaptitude au travail.....	167
Le Fonds national de solidarité.....	167
<b>Allocations versées par la Caisse d'allocations familiales ou d'autres organismes versant les prestations fami- liales.....</b>	<b>167</b>
Allocation Adulte Handicapé.....	167
Allocation d'Éducation Spéciale.....	168
Allocation versée au titre de l'Aide Sociale.....	168
L'Allocation compensatrice.....	168
<b>Un travail adapté à l'état de santé.....</b>	<b>169</b>
La réinsertion professionnelle.....	169
Le reclassement professionnel.....	169
<b>Améliorer la qualité de vie.....</b>	<b>169</b>
Carte d'invalidité.....	169
Allègements fiscaux.....	170
Macaron GIC.....	170
Transports en commun.....	170
<b>En guise de conclusion.....</b>	<b>171</b>
<b>Chapitre 11 – J'ai besoin de changer d'air!.....</b>	<b>173</b>
Je voudrais partir en vacances, mais je suis sous oxy- gène.....	173
J'aimerais me rendre à la montagne.....	173
Puis-je prendre l'avion?.....	174
Puis-je aller à l'étranger?.....	175
<b>Chapitre 12 – Docteur, vous ne pouvez pas comprendre....</b>	<b>177</b>
<b>Conclusion – Bonne chance, monsieur Tobacco!.....</b>	<b>179</b>
<b>Lectures.....</b>	<b>181</b>