

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Köniz, le 13 novembre 2024

Le programme « Mieux vivre avec une BPCO » contribue à diminuer les hospitalisations en Valais

400 000 personnes en Suisse souffrent de BPCO et le programme de la Ligue pulmonaire « Mieux vivre avec une BPCO » s'établit comme un élément efficace au traitement des personnes souffrant de cette maladie. En Valais, le programme connaît un succès supérieur à la moyenne.

La BPCO est l'une des maladies respiratoires les plus fréquentes, mais aussi celle dont la prise en charge pourrait encore être améliorée, même en Suisse. La BPCO affecte gravement la qualité de vie des personnes concernées et est une cause trop fréquente d'hospitalisation. Les symptômes types sont la toux et l'essoufflement lors d'efforts physiques. Cette maladie pulmonaire est insidieuse car elle commence de manière apparemment anodine et évolue très lentement, souvent dès l'âge de 30 ans. Beaucoup de personnes ne réalisent pas qu'une toux persistante peut être un signe de BPCO et n'entreprennent, malheureusement, que rarement des démarches pour obtenir un diagnostic. Quand elles consultent finalement leur médecin, les dommages aux poumons sont souvent déjà très avancés.

Une prise en charge optimale ne dépend pas uniquement des médicaments

Grâce au programme d'autogestion « Mieux vivre avec une BPCO », proposé par la Ligue pulmonaire, les personnes affectées peuvent apprendre à mieux comprendre et gérer leur maladie. Dans le canton du Valais, le programme, mis en place il y a dix ans, a fait ses preuves. « Je suis convaincu de l'efficacité du programme », affirme le médecin-chef du service de pneumologie du Centre Hospitalier du Valais Romand, Pierre-Olivier Bridevaux. « Les participants nous racontent souvent qu'ils ont réellement compris ce que signifiait avoir une BPCO qu'après avoir assisté aux ateliers « Mieux vivre avec une BPCO ». En l'espace de quelques semaines, les patientes et patients sont capables de mieux gérer leurs symptômes. Comme ils comprennent mieux leur maladie, ils la gèrent plus efficacement au quotidien et parviennent à modifier leurs comportements de santé. »

« Mieux vivre avec une BPCO » améliore la qualité de vie

La dyspnée isole les patientes et patients et limite leur capacité à l'effort. Le manque d'exercice entraîne dans un cercle vicieux, une perte musculaire et l'augmentation de la dyspnée (peine à respirer). Grâce au programme d'autogestion « Mieux vivre avec une BPCO » proposé par la Ligue pulmonaire, les personnes affectées peuvent toutefois apprendre à mieux gérer leur maladie et retrouver une vie plus saine. « Nous observons une différence notable entre celles qui ont suivi le cours et celles qui ne l'ont pas fait. », précise Daniel Gagnon, coordinateur du programme de la Ligue pulmonaire valaisanne. « Les patientes et patients qui ont accepté leur maladie chronique sont prêts à changer de comportement. Ils font de l'exercice plus régulièrement, gèrent mieux leur respiration et sont capables de mieux réagir aux signes physiques de la BPCO. »

Dans le canton du Valais, le programme « Mieux vivre avec une BPCO » a fait ses preuves. Lors d'un premier diagnostic de BPCO en consultation ou lors d'une hospitalisation, le pneumologue invite systématiquement les patientes et patients à participer au programme de la Ligue pulmonaire.

La réussite du traitement ne dépend pas uniquement des médicaments

« Ce traitement non-médicamenteux améliore la qualité de vie des participantes et participants. Au-delà du réentraînement et des médicaments, « Mieux vivre avec une BPCO » est une composante indispensable pour un traitement efficace. », estime le pneumologue Pierre-Olivier Bridevaux. Pour cette raison, « Mieux vivre avec une BPCO » est le programme recommandé dans les centres de réhabilitation respiratoire accrédités par la Société Suisse de Pneumologie.

« Mieux vivre avec une BPCO » diminue le nombre d'admissions à l'hôpital

« Comme les personnes affectées gèrent mieux leur maladie au quotidien et modifient leur comportement, elles sont moins souvent admises à l'hôpital. », précise Pierre-Olivier Bridevaux. « Chaque séjour à l'hôpital que nous pouvons éviter est un succès pour les patientes et patients ainsi que pour notre système de santé en crise. »

Un diagnostic précoce améliore la qualité de vie

Même en Suisse, la BPCO est sous-diagnostiquée. On sait maintenant qu'une prise en charge précoce, dès la trentaine, peut modifier favorablement son évolution. Une prise de conscience tant au sein de la population qu'au niveau du personnel de santé est indispensable. Détecter la maladie à un stade précoce est actuellement un défi dans le secteur de la santé.

Dans le monde, plusieurs millions de personnes souffrent de BPCO, qui compte parmi les causes de décès les plus fréquentes. Malgré cela, de nombreuses personnes n'en ont encore jamais entendu parler. À l'occasion de la **Journée mondiale contre la BPCO, le 20 novembre 2024**, la Ligue pulmonaire informe le grand public sur cette maladie insidieuse.

La Ligue pulmonaire propose un test de dépistage précoce, un coaching et un conseil pour le sevrage tabagique

- Le diagnostic de BPCO est basé sur l'anamnèse, les symptômes et le résultat d'un test de la fonction pulmonaire. La plupart des cabinets médicaux et des ligues pulmonaires proposent ce test de dépistage précoce appelé spirométrie. Si le résultat est anormal, la personne est référée chez un pneumologue qui établit ensuite le diagnostic.
- Neuf ligues pulmonaires cantonales proposent le programme de groupe « Mieux vivre avec une BPCO ».
- La Ligue pulmonaire propose des cours de sevrage tabagique et des consultations individuelles pour arrêter de fumer.
- Testez votre risque de BPCO: [test de risque en ligne](#) de la Ligue pulmonaire

La Ligue pulmonaire

Depuis plus de 120 ans, la [Ligue pulmonaire](#) s'implique pour que les personnes souffrant de maladies pulmonaires et des voies respiratoires puissent vivre autant que possible sans troubles et de manière autonome.

La Ligue pulmonaire est une organisation de santé à but non lucratif qui est active à l'échelle nationale. Elle s'engage en faveur de la promotion de la santé et de la prévention, forme des spécialistes et soutient des projets de recherche.

La Ligue pulmonaire accompagne plus de 114 000 patientes et patients sur 61 sites dans toute la Suisse. Au total, les 16 ligues pulmonaires cantonales et le siège national emploient environ 800 personnes.

Ligue pulmonaire suisse
media@lung.ch