



SCIENCES

Fumeurs ou anciens fumeurs, que reste-t-il de vos poumons ?

DAMIEN MASCRET [@dmascrct](#)

SI ON CHERCHE une maladie respiratoire fréquente mais peu connue en dépit des dégâts considérables dont elle est responsable, la réponse s'écrit en quatre lettres : BPCO. La broncho-pneumopathie chronique obstructive est en effet « responsable de 17 500 décès en France chaque année, de 120 000 personnes sous oxygène et d'un coût pour la collectivité estimé à 3,5 milliards d'euros par an », explique au *Figaro* le Dr Frédéric Le Guillou, pneumologue à La Rochelle et président de l'Association BPCO.

Il faut donc saluer l'initiative de Santé publique France de profiter cette année de la Journée mondiale sans tabac pour attirer l'attention sur cette maladie. La BPCO menace surtout les fumeurs, puisque 85 % des cas sont dus au tabac. « On ne sait pas pourquoi certains fumeurs (80 %) ne développent pas la maladie », remarque le Dr Le Guillou.

Si l'on prend au hasard 15 fumeurs ou anciens fumeurs, 3 ont une BPCO, mais un seul le sait. Quoi de plus banal que de « tousser et cracher » pour un fumeur ? Quant à l'essoufflement, il est facilement mis sur le compte du manque d'exercice, de la fatigue (sommeil perturbé), de la prise de poids ou de l'âge. Résultat, en 2011, une étude américaine montrait que la majorité des malades n'étaient diagnostiqués qu'à un stade où ils avaient déjà perdu la moitié de leur capacité pulmonaire.

Car la maladie présente la particularité, comme l'hypertension artérielle, de s'installer insidieusement. La BPCO obstrue progressivement, de façon permanente, l'arbre bronchique, ce réseau dans lequel passe normalement l'air inhalé pour aller jusqu'aux alvéoles pulmonaires où s'effectue l'oxygénation des globules rouges. « Le risque est donc de manquer d'oxygène », explique le Dr Le Guillou.

D'autre part, la BPCO détruit les poumons à petit feu (emphysème), alvéole après alvéole, de façon irréversible. Tellement discrètement que seulement un tiers des 3,5 millions de malades touchés en France sait qu'il est atteint.

Réduire les exacerbations

« Les premiers symptômes de la BPCO peuvent apparaître vers l'âge de 40 ans après généralement une intoxication tabagique de 15 à 20 années », explique le Dr Le Guillou, « Pour détecter la BPCO, il existe des questionnaires standardisés, dont celui de la HAS en cinq questions, et ensuite il faut mesurer le souffle pour détecter une obstruction associée ou pas à une distension thoracique. »

Les cinq questions simples qui font suspecter une BPCO et nécessitent une consultation médicale sont les suivantes : toussiez-vous souvent (tous les jours) ? Avez-vous souvent une toux grasse ou qui ramène des crachats (expectoration) ? Êtes-vous plus facilement essoufflé que les personnes de votre âge ? Avez-vous plus de 40 ans ? Avez-vous fumé ou fumez-vous ? Si vous répondez oui à

au moins trois questions, c'est peut-être une BPCO.

La maladie est aussi marquée par des exacerbations, « des poussées brutales avec fièvre, augmentation de la toux, de l'essoufflement et des expectorations », détaille le Dr Le Guillou. Une fois sur deux, ces épisodes se terminent à l'hôpital, et, lorsqu'ils se répètent plus de deux fois par an, l'espérance de vie est réduite de 30 %.

Le traitement de la BPCO, si tant est qu'elle ait été diagnostiquée, permet de réduire les exacerbations. La majorité de celles-ci étant due aux infections, notamment en hiver, la vaccination antigrippale est fondamentale, ainsi que la vaccination antipneumococcique.

L'exercice physique est aussi recommandé, car il stimule l'immunité, réduit la mortalité et les hospitalisations.

L'arrêt du tabac est crucial. Cesser de fumer ne diminue pas seulement la mortalité mais réduit aussi l'essoufflement, l'expectoration et la toux. Dans les quatre ans qui suivent l'arrêt du tabac, le déclin de la fonction pulmonaire est deux fois moins important que celui de ceux qui continuent.

La BPCO n'a jamais beaucoup préoccupé les autorités de santé, jusqu'à ce qu'Agnès Buzyn, la ministre de la Santé, se saisisse du dossier il y a deux ans. « On voit émerger une mobilisation des pouvoirs publics vis-à-vis de cette pathologie respiratoire qui représentera bientôt la troisième cause de mortalité mondiale », se félicite le Dr Le Guillou. Enfin ! ■