

# La BPCO ravage les poumons des fumeurs

Deux tiers des malades ne savent pas que leur essoufflement et leur toux sont liés à cette pathologie grave.

CÉCILE THIBERT @CecileThibss

**SANTÉ PUBLIQUE** Vous fumez et vous présentez une toux grasse depuis des mois, mais vous n'avez jamais osé en parler à votre médecin ? Vous avez tort car, comme 3,5 millions de personnes en France, vous pourriez bien être atteint

d'une broncho-pneumopathie chronique obstructive, aussi appelée BPCO. Concrètement, il s'agit d'une destruction progressive des poumons avec, à la clé, une espérance de vie considérablement écourtée.

À l'heure actuelle, 120 000 personnes vivent avec une assistance respiratoire à cause d'elle. « C'est une maladie inflam-

matoire des bronches, un peu comme l'asthme, sauf que dans le cas de la BPCO, c'est irréversible », explique le Dr Frédéric Le Guillou, pneumologue et président de l'association Santé Respiratoire France. Pour défendre l'organisme de l'agression provoquée par le tabac, le système immunitaire s'active, ce qui déclenche une inflammation. S'ensuivent un épaississe-

ment des parois des bronches et une surproduction de mucus. Avec ces voies aériennes encombrées et rétrécies, l'air a autant de mal à entrer dans les poumons qu'à en sortir. « C'est pour cela que les personnes toussent, expectorent et sont essouffées », souligne le Dr Le Guillou. La BPCO se manifeste aussi par la destruction des alvéoles pulmonaires, indispensables

pour le passage de l'oxygène dans le sang. L'essoufflement est le symptôme qui a poussé Émilie, 24 ans, à consulter. Elle a appris à 17 ans qu'elle était atteinte d'une BPCO. Un véritable choc. « J'étais fumeuse depuis l'âge de 14 ans et je voyais mon souffle diminuer avec les années. J'étais essoufflée lorsque je montais des escaliers ou en faisant mon lit », raconte-t-elle. « C'est tout à fait exceptionnel chez une personne aussi jeune », estime Frédéric Le Guillou. Le malade typique est plutôt un homme ou une femme de plus de 40 ans qui fume un paquet par jour depuis vingt ans. »

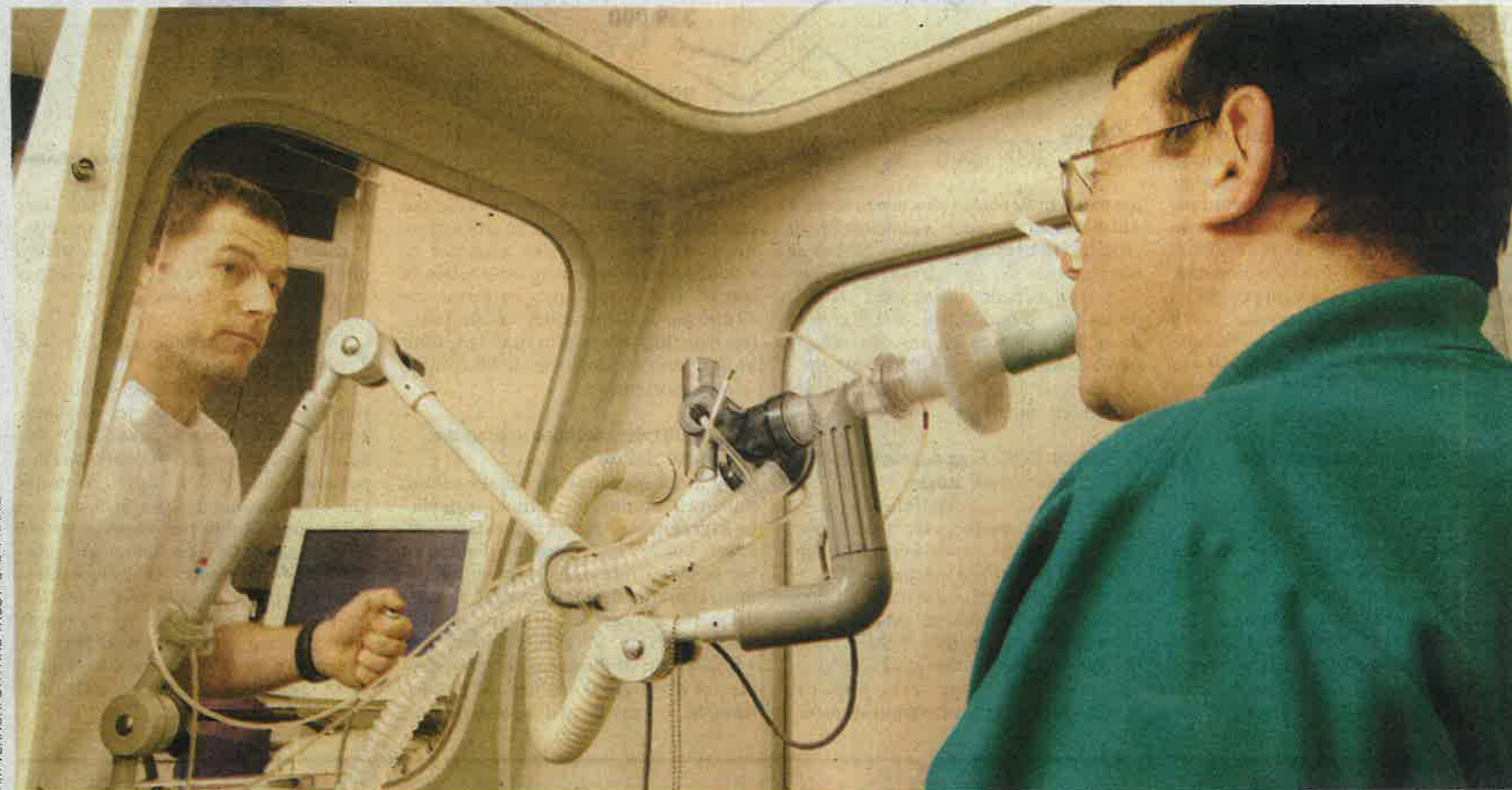
## « 35 à 40 % des fumeurs »

Très loin devant l'exposition professionnelle à des poussières, des gaz et des fumées - qui sont également des causes de la maladie -, le tabac est le coupable numéro un. On estime qu'il est à l'origine de 8 à 9 cas de BPCO sur 10. « Plus une personne fume de cigarettes, plus le risque est important », précise le Dr Bruno Stach, pneumologue et président du syndicat de l'appareil respiratoire. En revanche, tous les fumeurs ne développeront pas une BPCO. « Cela concerne 35 à 40 % des fumeurs », poursuit le médecin.

Dans le doute, tous les fumeurs devraient-ils se rendre dans l'année chez un pneumologue ? « Si une personne fume et qu'elle commence à être essoufflée, il faut qu'elle en parle à son médecin traitant, qui pourra faire une mesure du souffle, indique le Dr Stach. Mais encore faut-il que celui-ci soit équipé et formé, ce qui est loin d'être toujours le cas. » Sans compter que beaucoup de personnes n'osent pas parler de leurs symptômes, par peur de recevoir une mauvaise nouvelle ou de se voir intimer l'ordre d'arrêter de fumer. « Actuellement, on découvre beaucoup de BPCO à des stades tardifs », regrette le pneumologue. Il est pourtant fondamental d'être aux aguets car « plus la maladie sera prise tôt, plus la qualité de vie sera conservée », insiste Frédéric Le Guillou. L'arrêt immédiat du tabac et les traitements permettent généralement de stabiliser la pathologie.

Laisser traîner une BPCO, c'est aussi s'exposer au risque d'exacerbations, c'est-à-dire de surinfections ou de décompensations respiratoires. « Un malade qui fait plus de deux exacerbations par an a une espérance de vie à quatre ans de 30 %. Ce n'est guère mieux qu'un cancer du poumon », indique le spécialiste.

Pour l'heure, seul un tiers des malades est diagnostiqué du fait d'une méconnaissance de la maladie, qui tue tout de même 17 000 Français par an. « Beaucoup pensent encore que BPCO est le nom d'une banque » regrette Éric Salone, qui a créé l'association Josiane Salone, du nom de sa mère décédée de la maladie. Il veut « prévenir, informer sur la pathologie et ses risques mais aussi déculpabiliser les malades qui souffrent déjà beaucoup ». ■



En cas de difficultés respiratoires ou de toux grasse installée depuis des mois, les fumeurs ne doivent pas hésiter à consulter leur médecin et à faire des examens.

## « Je connaissais le risque de cancer, mais pas cette maladie »

EN DÉCEMBRE 2018, Ségolène, 52 ans, cadre dans l'administration, a découvert qu'elle était atteinte d'une BPCO (broncho-pneumopathie chronique obstructive) au stade 2.

LE FIGARO. - Comment avez-vous appris que vous étiez atteinte de la maladie ?

Ségolène. - Ces dernières années, je faisais régulièrement une ou deux bronchites pendant l'hiver. Je m'en étais toujours sortie jusqu'à l'hiver dernier, où j'ai fini à l'hôpital. J'en suis sortie avec ces quatre lettres : B-P-C-O. En rentrant chez moi, j'ai été sous masque respiratoire trois fois par jour.

Aviez-vous déjà entendu parler de la BPCO avant ?

Jamais ! En tant que fumeuse, j'avais bien conscience du risque de cancer, mais en aucun cas de cette maladie. Il y a quelques années, mon médecin généraliste m'avait incitée à aller faire des tests sans me dire pourquoi.

Que vous a-t-on dit à l'annonce du diagnostic ?

Le pneumologue a regardé mes radiographies et il m'a dit « on va sauver ce qu'on peut sauver ». Ça a été très violent. J'ai appris de manière extrêmement brutale que cette maladie est chronique, irréversible, et qu'en plus il n'existe pas de traitement. Mais à

Le pneumologue a regardé mes radiographies et il m'a dit « on va sauver ce qu'on peut sauver »

SÉGOLENE

ce moment-là, on ne m'a pas vraiment expliqué de quoi il s'agissait. Par contre, on m'a clairement dit : « Arrêtez de fumer tout de suite ou votre espérance de vie sera très limitée. »

Qu'avez-vous fait ?

Sous l'effet du choc, j'ai arrêté de fumer du jour au lendemain pour la première fois depuis mes 15 ans. Et je savais que je ne retoucherai plus jamais une cigarette. J'ai aussi changé mon hygiène de vie, mon alimentation. La maladie m'a transformée.

Pensez-vous que le public soit suffisamment informé ?

Autour de moi, personne n'a en-

tendu parler de la maladie. J'appartiens à une génération de gros fumeurs et d'ici une quinzaine d'années, on va tous être sur le carreau. Il y a en ce moment des étages entiers d'hôpitaux de personnes en train de mourir étouffées et personne ne bouge. Je suis sidérée.

Quel message voulez-vous porter ?

Je veux dire aux fumeurs de ne pas faire la même bêtise que moi, de ne pas être terrorisés à l'idée d'aller faire un test. En aucun cas l'arrêt du tabac ne permet d'éradiquer la maladie. Par contre arrêter de fumer au début de la maladie, ça sauve la vie. ■ C. T.