

# Plan d'action BPCO

Nom : .....

Prénom : .....

## Que faire en cas d'aggravation aiguë ?

Cette fiche donne des **conseils à suivre en cas d'aggravation aiguë de votre BPCO** (les médecins parlent **d'exacerbation**). Lisez-la tranquillement chez vous, puis demandez à votre **médecin de la remplir avec vous en vous** expliquant ce qui convient à votre situation.

1

### Si vous ne pouvez pas gérer vous-même l'aggravation



Consultez immédiatement ou téléphonez au **centre 15** si vous ressentez les signes suivants :

- somnolence, agitation ou angoisse inhabituelles
- désorientation (difficulté à se repérer dans le temps ou l'espace)
- impossibilité ou grande difficulté à se lever
- œdème (gonflement) inhabituel des jambes ou chevilles
- coloration cyanosée (bleutée) des lèvres, des doigts (sous les ongles)
- impression de grande gravité
- essoufflement inhabituel au repos ou pour des efforts minimes
- impossibilité de dormir, parler ou manger à cause de l'essoufflement
- augmentation de la fréquence respiratoire à plus de 25 par minute\*
- augmentation de la fréquence cardiaque à plus de 110 par minute\*
- incapacité d'évacuer les crachats (inefficacité de la toux malgré l'encombrement)
- douleur dans la poitrine
- crachats sanglants

\* Comptez combien de fois vous respirez par minute lorsque vous êtes au repos et prenez-vous le pouls, ou demandez à quelqu'un de votre entourage de le faire si cela est possible

Votre médecin peut indiquer ici d'autres signes imposant de voir immédiatement un médecin :

.....

.....

.....

.....

Si une consultation immédiate est nécessaire, vous devez en attendant, les secours **augmenter** les doses de **vos** médicaments **bronchodilatateurs** :

Nom du bronchodilatateur : .....

— Dose habituelle : .....

— Dose à prendre en cas d'aggravation : .....

Si vous êtes sous oxygène, n'augmentez le débit **que si vous avez** l'impression **de vous asphyxier** et que vous **attendez les secours**.





2

## En l'absence d'urgence vitale immédiate : commencez le traitement programmé à l'avance



Dans un premier temps, il faut **augmenter les doses de médicaments bronchodilatateurs** :



Nom du bronchodilatateur : .....

— Dose habituelle : .....

— Dose à prendre en cas d'aggravation : .....

Une fois **vos symptômes revenus à leur niveau habituel**, vous pourrez **reprendre ce médicament à la même dose que d'habitude** (ou l'interrompre si vous ne le prenez que dans les périodes d'aggravation).



En parallèle, si **les crachats sont sales** (jaunes ou verts), il faut peut-être aussi **commencer un traitement antibiotique**. Demandez à votre médecin une ordonnance d'avance qui précise quand les prendre, la dose et la durée.



Nom de l'antibiotique : .....

— Dose : .....

— Durée : .....



Dans certains cas, il peut aussi prévoir de vous donner de la **cortisone en comprimés** dès le début de l'aggravation, ou dans un second temps si les choses ne s'améliorent pas.



Nom de la cortisone : .....

— Dose : .....

— Durée : .....



Si votre médecin vous le conseille, vous devrez en plus faire des séances de kinésithérapie pour vous aider à dégager vos bronches (demandez une ordonnance d'avance).



3

## Surveillez l'évolution de votre situation



Si vous n'allez pas mieux, il faut consulter immédiatement votre médecin, un service d'urgence ou le centre 15 **si les signes du paragraphe 1 apparaissent**.

- Ce plan d'action a pour but de vous aider à faire face aux difficultés respiratoires qui peuvent survenir.
- Il ne se substitue en aucune façon à la prise en charge par votre médecin.
- Au contraire, son utilisation éventuelle doit être préparée à l'avance avec votre médecin.
- Quelles que soient les circonstances, si vous pensez qu'une consultation est nécessaire, n'attendez pas.
- Tenez toujours votre médecin au courant des événements et de leur évolution.