

INFORMEZ-VOUS SUR LA MPOC

Qu'est-ce que la **MPOC** ?

L'abréviation **MPOC** veut dire « maladie pulmonaire obstructive chronique ».

La **MPOC** est une maladie respiratoire chronique (à long terme) qui est habituellement causée par le tabagisme.

Les symptômes de la **MPOC** sont l'essoufflement, une respiration sifflante, une toux accompagnée de phlegme (mucus), et elle peut également se manifester par des infections respiratoires fréquentes.

Certaines personnes qui souffrent de la **MPOC** disent qu'elles ont l'impression de respirer à travers une paille.

La **MPOC** ne peut être guérie, mais on peut la traiter. Avec le bon traitement, les personnes qui ont reçu un diagnostic de MPOC peuvent toutefois avoir une vie active et bien remplie.



L'histoire de Mary

J'ai été infirmière pendant 25 ans, et je connaissais l'affection pulmonaire grave appelée « maladie pulmonaire obstructive chronique » (MPOC). Plusieurs patients dont je me suis occupée en étaient atteints. Ma mère également.

Au début, lorsque j'ai commencé à avoir des épisodes d'essoufflement, de la toux, des infections respiratoires fréquentes et des bronchites, je n'ai pas voulu y croire.

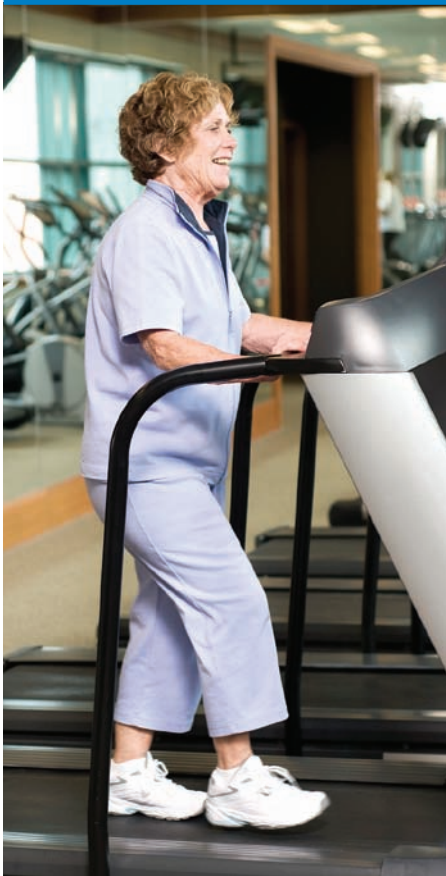
Par la suite, j'en ai parlé à mon médecin. Il m'a recommandé d'aller passer un test de spirométrie. Les résultats ont confirmé que j'étais atteinte de la MPOC.

C'était il y a 17 ans. Aujourd'hui, je m'entraîne régulièrement en guise de traitement dans un centre de conditionnement physique. Je nage. Je joue au golf — et je n'utilise pas la voiturette, je marche !

Voici mon conseil aux personnes qui ont des symptômes de MPOC : « Soyez vigilants. Passez le test sans tarder ! »

— Mary Stewart, Ottawa, Ontario

Consultez le site Internet au www.poumon.ca/MPOC ou composez la ligne de téléassistance sur la MPOC au 1-866-717-MPOC (6762).



Serait-ce la **MPOC** ?

Faites le test canadien de santé pulmonaire

Les fumeurs sont les personnes qui sont le plus à risque de développer la MPOC (maladie pulmonaire obstructive chronique). Si vous avez plus de 40 ans et que vous fumez, ou que vous avez déjà été fumeur ou fumeuse, vous êtes peut-être déjà atteint de la MPOC.

Faites ce petit test pour vérifier si vous êtes à risque :

	Oui	Non
1 Toussez-vous régulièrement ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 Est-ce que vous toussiez régulièrement en expectorant du phlegme (mucus) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 Êtes-vous essoufflé, même légèrement, lorsque vous accomplissez des tâches simples ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 Avez-vous une respiration sifflante, à l'effort ou au repos ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 Attrapez-vous souvent des rhumes qui durent plus longtemps que chez les autres personnes de votre entourage ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Si vous êtes fumeur, ou l'avez déjà été, et que vous avez répondu « oui » à une ou à plusieurs des questions du test canadien de santé pulmonaire, demandez à votre médecin de passer le test de dépistage de la MPOC.

La MPOC chez la femme

La MPOC affecte des hommes et des femmes. Cependant, c'est un problème de santé de plus en plus courant chez les femmes. D'après l'Association pulmonaire, plus de 425 000 femmes au Canada ont reçu un diagnostic de MPOC, et plus de 4 300 en meurent à chaque année.¹

Nombreuses sont les femmes qui parlent à leur médecin de tests de routine comme la mammographie, le test Pap ou le test de densité osseuse. Mais peu d'entre elles parlent à leur médecin de la spirométrie, un test respiratoire simple pour détecter la MPOC.

Si vous fumez, ou avez déjà été fumeuse, et que vous avez répondu « oui » à une ou plusieurs des questions du test canadien de santé pulmonaire, demandez à votre médecin de passer un test de détection de la MPOC.

Nouvelles éclair sur la MPOC

- La MPOC arrive au quatrième rang des principales causes de décès au Canada.
- 750 000 Canadiens et Canadiennes déclarent avoir reçu un diagnostic de MPOC.² La MPOC est sous-diagnostiquée car de récentes études ont révélé que le nombre réel de personnes atteintes de MPOC, au Canada, est probablement beaucoup plus élevé.
- La MPOC peut être diagnostiquée grâce à un simple test respiratoire, que l'on appelle spirométrie.
- On peut prévenir la MPOC et la traiter.

¹ Les femmes et la MPOC : Un rapport national, 2006. L'Association pulmonaire.

² La vie et le souffle : Les maladies respiratoires au Canada, 2007. Agence de la santé publique du Canada.