

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Berne, le 17.11.2021

Ligue pulmonaire: un programme d'autogestion améliore la qualité de vie des personnes souffrant de BPCO

Expectoration, toux persistante et essoufflement au moindre effort: vivre avec une broncho-pneumopathie obstructive chronique (BPCO) n'est pas facile. Mais heureusement, les patients peuvent influencer l'impact de la maladie sur leur vie quotidienne et celle de leurs proches.

Une récente [étude](#) des universités de Zurich et de Lausanne a évalué l'efficacité du programme d'autogestion «Mieux vivre avec une BPCO» actuellement proposé par treize ligues pulmonaires cantonales. Développé au Canada et attesté par de nombreuses études, ce programme aide les patients et leurs proches à mieux connaître la maladie. Les personnes touchées apprennent notamment à réagir vite et correctement en cas d'exacerbation et à mieux planifier leur quotidien. Elles découvrent en outre des techniques de respiration et de toux utiles ainsi que toute l'importance de l'exercice quotidien et du sevrage tabagique.

Une meilleure qualité de vie et moins de visites chez le médecin

L'étude scientifique a révélé que les participants étaient très satisfaits du programme et qu'ils ont développé de nombreuses compétences. De surcroît, le coaching a eu de multiples effets positifs. La qualité de vie des patients s'est globalement améliorée. Les participants ont notamment indiqué être capables de mieux gérer leur maladie et souffrir moins de dyspnée. Leur moral et leur activité physique se sont également améliorés. Enfin, le programme a également permis de réduire le nombre de consultations médicales ambulatoires.

[Pour en savoir plus](#)

La [broncho-pneumopathie chronique obstructive \(BPCO\)](#) est l'une des maladies non infectieuses les plus répandues dans le monde. En Suisse, quelque 400'000 personnes souffrent de BPCO.

La broncho-pneumopathie chronique obstructive évolue de manière insidieuse et reste en général longtemps inaperçue. Les personnes touchées en ignorent souvent les premiers symptômes tels que la toux, parfois productive, et l'essoufflement. La BPCO détruit le tissu pulmonaire. Les voies respiratoires se rétrécissent, ce qui conduit à une insuffisance respiratoire aiguë. De simples marches constituent presque un obstacle infranchissable pour beaucoup de patientes et patients atteints de BPCO.

Le programme d'autogestion «Mieux vivre avec une BPCO» est soutenu par Promotion Santé Suisse (PSS).

La [Ligue pulmonaire](#) est une organisation de santé à but non lucratif. Elle emploie plus de 700 collaboratrices et collaborateurs et s'investit depuis plus de 115 ans pour les personnes souffrant de maladies respiratoires et pulmonaires.

Elle conseille et accompagne plus de 100'000 patientes et patients sur 70 sites dans toute la Suisse et à domicile, afin qu'ils puissent autant que possible garder leur autonomie et avoir une bonne qualité de vie. La Ligue pulmonaire suisse est également engagée dans la promotion de la santé et la prévention, la formation continue des professionnels de santé et la promotion de la recherche. Cette organisation de santé certifiée ZEWO détient le label NPO pour son management d'excellence.

En cas de questions, veuillez-vous adresser à

Ligue pulmonaire suisse

Andrea Adam, porte-parole

Tél. 031 378 20 53

a.adam@lung.ch