

Lien vers l'article:

[https://infosante.be/guides/
bronchopneumopathie-
chronique-obstructive-bpc](https://infosante.be/guides/bronchopneumopathie-chronique-obstructive-bpc)



Bronchopneumopathie chronique obstructive (BPCO)

La BPCO, qu'est-ce que c'est ?

La BPCO est une maladie des poumons. « BPCO » signifie **BronchoPneumopathie Chronique Obstructive**.

Beaucoup de personnes ont une BPCO sans le savoir.

Dans la BPCO, les poumons sont abimés, généralement **à cause du tabac**. Une fois qu'ils sont abimés, les poumons ne peuvent pas retrouver leur état normal. La maladie s'aggrave généralement progressivement. **Grâce à un traitement adapté et à l'arrêt du tabac**, les signes (symptômes) peuvent s'améliorer.

La BPCO se caractérise par une **obstruction généralement progressive et définitive des voies respiratoires**. Les voies respiratoires sont les conduits de passage qui permettent à l'air d'aller du nez, ou de la bouche, vers les poumons. L'obstruction limite le passage de l'air dans les poumons et cause des **difficultés pour respirer**. Cette obstruction est liée à la combinaison de 2 mécanismes, qui peuvent être légers ou plus sévères selon chaque personne :

1. la bronchite chronique ;
2. l'emphysème pulmonaire.

Bronchite chronique

Lorsqu'une personne a une bronchite chronique, elle a une **inflammation persistante (chronique) des voies respiratoires**. L'inflammation rétrécit les voies respiratoires. La personne a donc des difficultés pour respirer. Les voies respiratoires produisent trop de sécrétions ce qui provoque de la **toux**.

Emphysème pulmonaire

Les alvéoles pulmonaires sont de petites poches dans les poumons où se font les échanges d'oxygène et de gaz carbonique (CO₂) entre l'air et le sang. Elles se gonflent lorsque l'air arrive dans les poumons (inspiration) et se dégonflent lorsque l'air sort des poumons (expiration). En cas d'emphysème, **les alvéoles pulmonaires sont abimées**. Elles deviennent moins souples et reprennent

moins bien leur forme. Les alvéoles expulsent alors moins bien l'air hors des poumons. Il reste donc de l'air « usagé » dans les poumons. Cela laisse alors moins de place à l'air « frais » lors de l'inspiration.

Quelles sont les causes de la BPCO ?

La cause principale de la BPCO est le **tabac**. Plus une personne fume et plus elle fume depuis longtemps, plus le risque qu'elle développe une BPCO est élevé.

Cette maladie touche aussi des personnes qui ne fument pas. La cause peut être alors, par exemple :

1. la pollution de l'air ;
2. le tabagisme passif.

Quelles sont les complications possibles de la BPCO ?

La BPCO touche les poumons et peut avoir d'autres conséquences. Par exemple, une personne qui a une BPCO peut avoir plus facilement :

1. des infections respiratoires, comme des [pneumonies](#) ;
2. de [l'anxiété](#), une [dépression](#) ;
3. un problème de cœur, comme une [insuffisance cardiaque](#) droite.

Chez qui et à quelle fréquence ?

La BPCO touche principalement les personnes de plus de 65 ans. C'est une des principales causes de décès dans le monde.

En Belgique, environ 400 000 personnes ont une BPCO. Beaucoup de personnes ont une BPCO sans le savoir, ce chiffre pourrait donc être plus élevé.

1 personne qui fume depuis longtemps sur 2 développe une BPCO.

Comment reconnaître la BPCO ?

Les symptômes apparaissent **progressivement** et sont souvent détectés tardivement.

Les principaux symptômes de la BPCO sont :

1. une **toux avec des crachats** ;
2. un [essoufflement](#), d'abord lors d'un effort au début de la maladie, puis parfois même au repos lorsque la maladie évolue.

D'autres symptômes sont possibles, en fonction de la sévérité de la BPCO, par exemple :

1. une respiration sifflante ;
2. de la [fatigue](#) ;
3. les chevilles qui gonflent (œdème) ;
4. une [perte de poids](#) et une fonte des muscles (perte de masse musculaire).

Si vous avez des symptômes de BPCO, **contactez votre médecin**. Un traitement adapté permet de contrôler les symptômes et de diminuer le risque de complications.

Exacerbation

Les symptômes de la BPCO peuvent s'aggraver assez rapidement ou brusquement, par exemple, à cause d'une infection respiratoire ou de la pollution. On parle alors d'une « **exacerbation** » de BPCO.

Contactez immédiatement votre médecin :

1. si vous êtes brusquement beaucoup plus essoufflé·e que d'habitude ;
2. si vous toussiez brusquement beaucoup plus, ou vous crachez plus de glaires que d'habitude.
3. si vos symptômes s'aggravent rapidement, sur une journée ou quelques jours.

Vous pouvez trouver plus d'informations dans la Fiche Info Santé [Exacerbation de bronchopneumopathie chronique obstructive \(exacerbation de BPCO\)](#).

Comment est posé le diagnostic de la BPCO ?

Pour poser le diagnostic, votre médecin vous pose des questions sur vos symptômes. Il ou elle propose de vous examiner et de faire des examens complémentaires.

Examens complémentaires

Test de la fonction pulmonaire (spirométrie)

Le test de la fonction pulmonaire ([spirométrie](#)) permet de vérifier si l'air peut sortir normalement de vos poumons. La spirométrie mesure la quantité d'air que vous êtes capable de souffler (expirer) pendant plusieurs secondes.

Pendant l'examen, votre médecin vous demande de souffler le plus fort possible dans un appareil appelé le spiromètre. Il ou elle peut aussi vous demander de prendre un médicament pour élargir les voies respiratoires (bronchodilatateur) puis de répéter cet examen.

Les résultats de ce test permettent de savoir :

1. si vous avez une BPCO ;
2. si c'est une BPCO légère, modérée ou plus sévère.

Autres examens

D'autres examens sont possibles, par exemple :

1. une radiographie des poumons ;
2. un scanner (CT-scan) des poumons.

Que pouvez-vous faire ?

Si vous avez une exacerbation de BPCO, **contactez immédiatement votre médecin**. C'est-à-dire :

1. si vous êtes brusquement beaucoup plus essoufflé-e que d'habitude ;
2. si vous tousssez brusquement beaucoup plus, ou vous crachez plus de glaires que d'habitude.

3. si vos symptômes s'aggravent rapidement, sur une journée ou quelques jours.

Si vous avez une BPCO, voici quelques conseils :

1. **Informez-vous pour bien comprendre la BPCO et son traitement.**
2. **Essayez d'avoir un [mode de vie sain](#).**
3. **Evitez ou limitez ce qui peut déclencher ou aggraver vos symptômes.**
4. **Prenez votre traitement comme conseillé par les professionnel·les de la santé.**
5. **Parlez.**

Informez-vous pour bien comprendre la BPCO et son traitement

Une fois qu'ils sont abimés, les poumons ne peuvent pas retrouver leur état normal. On ne peut donc pas guérir la BPCO. Le but du traitement est de **diminuer les symptômes**, de **diminuer le risque d'exacerbations** et de **ralentir la progression de la maladie**. Cela améliore votre qualité de vie et limite le risque d'avoir d'autres problèmes de santé associés à la BPCO.

Si vous apprenez à gérer vos symptômes de BPCO, vous pouvez mieux prendre soin de vos poumons et les préserver le plus longtemps possible. Si certaines choses ne sont pas claires, vous pouvez poser des questions aux professionnel·les de la santé qui vous accompagnent.

Essayez d'avoir un mode de vie sain.

Des médicaments sont nécessaires mais leur effet dépend aussi d'autres choses que vous pouvez faire. Les plus importantes sont :

1. **arrêter de fumer ;**
2. **faire une activité physique régulière ;**
3. **manger de manière équilibrée.**

Arrêter de fumer

[Arrêter de fumer](#) est le plus important. Cela permet de ralentir l'évolution de la maladie, de diminuer les symptômes et d'améliorer la durée de vie (espérance de vie).

Des solutions existent pour arrêter de fumer. Vous pouvez demander conseil à un ou une professionnel·le de la santé, par exemple, votre médecin, pharmacien·ne, un ou une tabacologue.

Vous pouvez aussi demander aux autres personnes de ne pas fumer quand vous êtes avec elles.

Faire une activité physique régulière

Restez actif ou active. Pratiquez des activités qui vous plaisent et vous aident à vous détendre. Essayez de vous lever régulièrement, de marcher un peu chaque jour. Vous pouvez demander des conseils sur le type d'activité physique recommandée pour vous à un ou une professionnel·le de la santé (voir [Vous cherchez une aide spécialisée ?](#)).

Cela a un effet positif sur votre qualité de vie, vous aide à mieux respirer et améliore votre force musculaire.

Manger de manière équilibrée

Une [alimentation équilibrée](#) est importante. Si vous mangez de manière équilibrée, votre corps reçoit suffisamment de protéines, par exemple. Les protéines, associées à une activité physique suffisante, aident à augmenter votre force musculaire.

Si vous perdez du poids, ou si vous avez du mal à manger à cause de l'essoufflement ou de la fatigue, parlez-en avec votre médecin ou avec un ou une diététicien·ne. Le ou la diététicien·ne peut vous donner des conseils pour une alimentation équilibrée.

Évitez ou limitez ce qui peut déclencher ou aggraver vos symptômes

Pollution

Essayez de **protéger vos poumons de la pollution**. Évitez le plus possible la fumée, la poussière et les autres polluants, que ce soit chez vous ou à

l'extérieur.

Vous pouvez trouver plus d'informations dans la Fiche Info Santé [Pollution de l'air intérieur](#).

Vous pouvez aussi vous renseigner sur la qualité de l'air extérieur (voir En savoir plus).

Vaccins

Vous pouvez discuter avec votre médecin pour savoir si vous avez besoin de faire certains vaccins pour diminuer le risque d'infection respiratoire, par exemple le vaccin contre la [grippe](#), contre la [COVID-19](#) ou contre le pneumocoque.

Prenez votre traitement comme conseillé par les professionnel·les de la santé

Généralement, votre médecin vous propose un médicament à aspirer par la bouche (inhaler) grâce à un **inhalateur**. Un inhalateur est un petit objet que vous pouvez placer entre vos lèvres et qui va permettre au médicament d'aller directement dans vos poumons.

Pour contrôler vos symptômes le mieux possible, utilisez votre inhalateur :

1. **avec la bonne technique ;**
2. **à la bonne dose ;**
3. **au bon moment,**

selon les conseils donnés par les professionnel·les de la santé qui vous accompagnent.

Contactez votre médecin si vous avez l'impression que le traitement n'a pas assez d'effet ou si vos symptômes augmentent.

Parlez

Cherchez du soutien auprès de votre famille, de vos amis ou de vos amies. Vous pouvez aussi parler avec un ou une professionnel·le de la santé. Si vous le souhaitez, vous pouvez discuter avec des personnes qui ont la même maladie,

car elles peuvent comprendre ce que vous vivez.

Que peuvent faire les professionnel·les de la santé ?

Souvent, plusieurs professionnel·les de la santé vous accompagnent, par exemple, un ou une médecin généraliste, kinésithérapeute, tabacologue, diététicien·ne, ou psychologue.

Traitement et suivi

Votre médecin vous propose un traitement en fonction de la sévérité de votre BPCO. **Le traitement dépend de chaque personne**, par exemple, si vous avez des symptômes seulement de temps en temps ou si vous avez souvent des symptômes de BPCO. Votre médecin peut aussi vous orienter vers un ou une médecin spécialiste des poumons (pneumologue).

Vous pouvez avoir besoin :

1. d'un traitement uniquement en cas de symptômes (traitement « à la demande ») ;
2. d'un traitement à prendre tous les jours (traitement d'entretien).

Votre médecin vous explique aussi ce que vous devez faire en cas [d'exacerbation de BPCO](#).

Votre médecin, ou votre pharmacien·ne, peuvent, par exemple :

1. vous montrer comment utiliser votre inhalateur ;
2. vérifier que vous avez la bonne technique pour utiliser votre inhalateur ;
3. vous proposer une solution pour améliorer la technique d'utilisation de votre inhalateur, par exemple, un tube à fixer sur l'inhalateur (chambre d'inhalation).

Certains inhalateurs contiennent un seul type de médicament, d'autres en contiennent plusieurs. Votre médecin évalue avec vous quel traitement est le plus adapté pour vous.

Médicaments

Bronchodilatateurs

Les principaux médicaments utilisés dans la BPCO sont des médicaments qui vont **élargir les voies respiratoires** (bronchodilatateurs). Il existe différents types de bronchodilatateurs.

Corticostéroïdes inhalés

D'autres médicaments sont possibles. Par exemple, si vous avez souvent des exacerbations de BPCO, des médicaments qui **calment l'inflammation** des voies respiratoires (corticostéroïdes inhalés).

Si vous avez besoin de ce type de médicament, votre médecin ou votre pharmacien·ne vous conseille de bien vous rincer la bouche avec de l'eau après l'utilisation de votre inhalateur et de la recracher. En effet, les corticostéroïdes inhalés peuvent provoquer une infection dans la bouche par un champignon (mycose buccale). Se rincer la bouche avec de l'eau permet de diminuer le risque d'avoir cet effet indésirable.

Autres médicaments

Si vous avez une exacerbation de BPCO, votre médecin peut vous prescrire d'autres médicaments, par exemple de la cortisone à prendre par la bouche.

Généralement, un antibiotique n'est pas utile dans le traitement de la BPCO. Votre médecin peut prescrire un antibiotique, par exemple, en cas d'exacerbation provoquée par une infection par une bactérie.

Vaccinations

Les professionnel·les de la santé peuvent vous conseiller de vous faire vacciner, par exemple contre :

1. la [grippe](#) ;
2. la [COVID-19](#) ;
3. le pneumocoque.

D'autres vaccins peuvent être recommandés selon votre âge ou votre état de santé.

Oxygénothérapie

Si vous êtes très essoufflé-e, vous pouvez avoir besoin d'un **traitement avec de l'oxygène** (oxygénothérapie) pendant un certain temps. Pour cela, vous avez besoin d'un appareil qui va fournir l'oxygène et d'un masque qui couvre le nez et la bouche ou d'un tuyau à placer à l'entrée des narines (lunettes nasales). Cela permet d'augmenter la quantité d'oxygène dans votre sang et de soulager votre cœur et vos poumons. Vous vous sentez alors mieux.

Votre médecin remplit les documents de demande d'oxygène : une ordonnance et une demande de remboursement. Vous contactez ensuite la pharmacie qui demande à un fournisseur d'appareils à oxygène de venir installer un appareil chez vous.

Un ou une professionnel-le de la santé vous explique comment utiliser l'appareil **en toute sécurité**.

Utilisez l'appareil exactement comme conseillé par les professionnel-les de la santé qui vous accompagnent. Pensez à poser des questions pour bien comprendre comment utiliser l'appareil et comment l'entretenir en toute sécurité.

Si vous avez un doute, contactez votre médecin. Ne changez jamais vous-même la dose d'oxygène car une dose trop élevée peut être dangereuse et aggraver vos symptômes.

Oxygénothérapie de courte durée

Votre médecin généraliste peut vous prescrire une oxygénothérapie pour une durée maximale de 3 mois par an au total.

Oxygénothérapie de longue durée

Si vous avez une BPCO sévère et un essoufflement grave, un ou une pneumologue évalue si vous pouvez avoir une oxygénothérapie de longue durée, remboursée.

Suivi

Votre médecin vous précise quand revenir le voir ou la voir pour suivre l'évolution de vos symptômes de BPCO et pour vérifier si d'autres problèmes de santé apparaissent.

Rédaction le 22 juin 2026.

Dernière mise à jour le 24
juin 2026

Lien vers l'article:

<https://infosante.be/guides/bronchopneumopathie-chronique-obstructive-bpc>



Liens Utiles

1. BPCO (bronchite chronique)
<http://www.mongeneraliste.be/maladies/bpc-0-bronchite-chronique>
2. Centre d'Aide aux Fumeurs (CAF®)
<https://repertoire.fares.be/caf>
3. Tabacologues
<https://repertoire.fares.be/>
4. Pollution de l'air et santé
<http://www.mongeneraliste.be/nos-dossiers/pollution-de-l-air-et-sante>
5. Bouger pour se soigner
<https://www.sport-sur-ordonnance.be/>
6. Arrêter de fumer. C'est possible
<https://www.tabacstop.be/>
7. La radiographie, ici,
<https://www.saintluc.be/brochures-information-patients/brochures/commu-dsq-052-1.0-radiologie-conventionnelle.pdf>
8. Un programme d'activité physique adaptée pour les citoyens
https://www.chuliege.be/cms/c_168412/fr/en-mouvement-pour-ma-sante
9. Trouver un·e diététicien·ne agréé·e
<https://lesdieteticiens.be/trouver-un-dieteticien/>
10. Le scanner (CT-scan), ici,
<https://www.chuliege.be/books/Radiodiagnostic-Scanner>
11. Trouver un·e médecin nutritionniste
<http://www.sbm.n.org/membres/>
12. L'indice de la qualité de l'air ambiant dans les villes wallonnes
<https://www.wallonair.be/fr/>
13. Trouver un·e psychologue
<https://www.compsy.be/fr/psychologist/search>
14. Informations sur les vaccins
<https://www.vaccination-info.be/>
15. Informations fiables sur les médicaments et les produits de santé
<https://www.pharmainfo.be/>
16. Comment utiliser un médicament pour inhalation ?
<https://www.pharmainfo.be/formes-administration/comment-utiliser-un-medicament-pour-inhalation>

Sources

1. www.ebpnet.be
<http://www.ebpnet.be>
2. COPD
<https://richtlijnen.nhg.org/standaarden/copd#volledige-tekst>
3. Incidentie van COPD en astma
<https://kuleuven.limo.libis.be/discovery/fulldisplay?docid=lirias1951055&context=libis>
4. Chronic obstructive pulmonary disease (COPD), consulté le 22.04.2026
<https://bestpractice.bmj.com/topics/en-gb/7>
5. Acute exacerbation of chronic obstructive pulmonary disease
<https://bestpractice.bmj.com/topics/en-gb/8>
6. DynaMed. COPD. EBSCO Information Services. Accessed 22 avril 2026.
<https://www-dynamed-com.gateway2.cdih.be/condition/copd>
<https://www-dynamed-com.gateway2.cdih.be/condition/copd>
7. Asthme et BPCO, consulté le 25.03.2026
<https://www.cbip.be/fr/chapters/5?matches=BPCO&frag=3525>