



LA FEUILLE DE SOUFFLE

n°3
janvier
2025

La newsletter du Comité contre les Maladies Respiratoires de Charente-Maritime

MOT DE LA PRÉSIDENTE

VIVE L'ÉQUIPE DE PNEUMO !

Après de nombreux départs de pneumologues en retraite et une période difficile, la fin 2024 a vu les effectifs de pneumologie se renflouer, avec de nouveaux arrivants, principalement à La Rochelle, qui confirme son attractivité.

Le centre hospitalier de Saintes, grâce à l'engagement du Dr Elodie Legrand et à la collaboration avec le service de pneumologie du centre hospitalier de La Rochelle a pu maintenir une activité minimale de pneumologie, notamment pour le plateau technique.

Notre équipe de pneumologie est donc à la fois dynamique et soudée ce qui permet l'initiation et la pérennisation de nombreux projets, gages de qualité des soins. Je citerai notamment :

- la reconnaissance du Souffle 17 comme l'Equipe de Soins Spécialisés de pneumologie par l'Agence Régionale de Santé,

- la création d'un groupe de travail sur le sommeil de l'enfant (Dr Elise Antone),
- le renforcement des liens avec l'institut Bergonié de Bordeaux pour l'onco-pneumologie,
- l'ouverture d'une consultation de tabacologie gratuite sur La Rochelle.

C'est sur cette dynamique positive que s'ouvre 2025, et toute l'équipe du Souffle 17 se joint à moi pour vous souhaiter une bonne année !

Docteur Marion LAFARGE
Pneumologue et Présidente du CDMR 17

BONNE
ET HEUREUSE
ANNÉE !

ACCUEIL CDMR

Vous êtes atteint d'une pathologie respiratoire, vous souffrez d'isolement, vous souhaitez maintenir, renforcer votre capacité respiratoire... grâce à des rencontres et des activités adaptées, nous sommes là pour vous venir en aide.

Rencontrons-nous au Comité Départemental contre les Maladies Respiratoires, 36 rue du Canada à La Rochelle. Nous sommes ouverts les mardis, mercredis et jeudis de 10 h à 14h30. Catalina vous y accueillera et vous donnera toutes les informations nécessaires.

www.cdmr17.fr // 05 46 34 82 02
www.lesouffle.org // facebook.com/Cdmr17

2025

le Souffle 17

Comité contre les Maladies Respiratoires de Charente-Maritime



5 DÉCEMBRE 2024

LES PROFESSIONNELS SE RENCONTRENT : SOIRÉE TOUX CHRONIQUE À RICHELIEU

Retour sur la soirée Toux chronique.

Comme chaque année, Le Souffle 17 a organisé une rencontre entre professionnels de santé le 5 décembre 2024 au centre Richelieu à La Rochelle. Le thème de cette année était la toux chronique, définie par une toux persistante au-delà de 8 semaines, motif de consultation particulièrement fréquent. Cette soirée était l'occasion de confronter les visions de chacun, Dr Edouard Firmin, médecin généraliste, Dr Olivier De Monredon, ORL, Dr Gilles Michaudel, gastro-entérologue, et Dr Marion Lafarge, pneumologue.

La difficulté pour le médecin généraliste est d'identifier, parmi les innombrables consultations pour toux chronique, les situations qui méritent un traitement d'épreuve et celles qui méritent l'avis d'un spécialiste.

Les causes fréquentes concernent la sphère ORL (rhino-sinusite chronique, polypose naso-sinusienne, causes laryngées, tumeurs ...), la sphère digestive (reflux gastro-oesophagien, RGO), la sphère pulmonaire (asthme, BPCO, tumeurs, pathologies interstitielles). Il ne faut pas oublier l'hypothèse de la toux médicamenteuse, en cas de traitement anti-hypertenseur par inhibiteur de l'enzyme de conversion (IEC). Le bilan complémentaire doit comprendre une radiographie du thorax. D'autres examens peuvent être utiles en fonction des circonstances mais ne sont pas systématiques : examen ORL avec naso-fibroscopie, spirométrie, FOGD, pHmétrie, scanner thoracique.

Le traitement anti-RGO d'épreuve par inhibiteurs de pompe à protons n'est pas recommandé en l'absence de pyrosis. Le seul traitement d'épreuve recommandé en présence d'une toux chronique inexpliquée est le traitement d'un éventuel asthme par corticothérapie inhalée sur une durée de 3 mois.

Chacun des participants a abordé la problématique de la toux chronique qui reste inexpliquée à l'issue du bilan et/ou d'un éventuel traitement d'épreuve. La toux chronique réfractaire ou inexpliquée (TOCRI) ou par excès de sensibilité a concentré l'essentiel des discussions puisqu'il s'agit d'une situation fréquente, sans réponse simple, responsable d'une altération

majeure de la qualité de vie, avec altération de la vie sociale, avec un risque de complications (fracture costale, prolapsus, incontinence urinaire).

Mme Véronique Faccenda, orthophoniste, a expliqué que la TOCRI était un type de dysfonctionnement laryngé. Il existe un cercle vicieux de la toux qui conduit à une irritation qui entretient la toux. La rééducation orthophonique peut être proposée, avec l'éducation du patient à son trouble avec techniques proprioceptives, l'apprentissage de techniques de contrôle de la toux et de secours (boire une gorgée, bonbon, bâillement, technique de la « buée »), l'apprentissage de techniques de détente/relaxation. Le traitement médicamenteux n'est pas recommandé en 1ère intention, mais il peut se discuter devant des formes invalidantes. La morphine, l'amitriptyline, la gabapentine sont parmi les médicaments potentiellement efficaces. Gefapixant, un antagoniste sélectif des fibres sensorielles impliquées dans la toux, est le premier médicament spécifique de la TOCRI. Il sera peut-être prochainement disponible. Enfin, on peut orienter les patients vers l'association des tousseurs chroniques (atc-asso.fr)

Dr Thierry Gendry



LES PROFESSIONNELS SE RÉUNISSENT POUR LES ASTHMES DIFFICILES

La Réunion de Concertation sur les Asthmes sévères (RCA) est un rendez-vous régulier pluriannuel permettant aux pneumologues du secteur exerçant tant en ville qu'à l'hôpital de se retrouver pour aborder la situation de patients présentant un asthme sévère.

L'asthme sévère se définit comme tel :

- asthme nécessitant un traitement par corticostéroïdes inhalés (CSI) à dose élevée et un B2 LDA +/- un autre traitement de l'asthme (LABA ou anti-leucotriènes ou théophylline),
- et/ou corticostéroïdes per os > 50 % du temps,
- sur les 12 mois précédents,
- pour obtenir le contrôle des symptômes (score ACT > 20, ACQ < 1,5),
- et/ou qui s'aggrave en cas de réduction de ce traitement,
- et/ou qui demeure non contrôlé malgré ce traitement.

L'asthme sévère concerne 5 à 10% de la population asthmatique et il engendre un coût humain et financier important, en grande partie du fait des exacerbations de la maladie.

La RCA a pour vocation de discuter de manière collégiale autour de la situation de patients présentant un asthme sévère afin d'essayer de déterminer la meilleure stratégie de prise en charge thérapeutique pour chacun d'entre eux de manière

personnalisée. En effet, à l'heure actuelle nos pratiques évoluent vers une médecine personnalisée qui fait particulièrement sens dans le parcours des patients asthmatiques sévères.

Après avoir établi un «profil type» de l'asthme, se dessine alors, en lien avec les données actuelles de la littérature scientifique, le traitement adapté à chacun.

En effet la RCA a vu au fil des dernières années apparaître de nouveaux traitements ayant profondément changé la vie de nos patients asthmatiques sévères : les biothérapies. Elles sont délivrées en injections sous cutanées maintenant le plus souvent réalisées par le patient lui-même avec des résultats très encourageants et souvent une importante amélioration de la qualité de vie des patients grâce entre autre à la réduction des exacerbations et à la réduction du recours aux corticothérapies orales.

Ces réunions sont donc des lieux d'échange scientifique pour offrir au patient de Charente-Maritime des soins de qualité !

Dr Adeline Héraudeau

Note de la rédaction : merci au Dr Héraudeau d'avoir coordonné l'organisation de cette réunion !

PROGRÈS TECHNIQUES

NOUVELLES TECHNIQUES D'ENDOSCOPIE BRONCHIQUE À LA ROCHELLE

L'endoscopie bronchique tend à se développer ces dernières années, ce qui permet d'affiner nos prises en charge, et diagnostiquer de plus en plus précocement des pathologies pulmonaires qui peuvent être agressives.

Depuis septembre 2024, à la clinique de l'Atlantique, il existe une activité d'échoendoscopie bronchique. Cette activité regroupe la réalisation d'EBUS (Endobronchial Ultrasound) et de minisonde.

- L'EBUS nous permet de réaliser des cytoponctions des ganglions médiastinaux pour le diagnostic de cancer bronchopulmonaire/Sarcoïdose... Cet examen est maintenant indispensable pour un staging médiastinal précis en vue d'une chirurgie pulmonaire.
- La minisonde, couplée à la réalisation de cryobiopsies, permet le diagnostic de nodule pulmonaire périphérique bronchocentré (non accessible en endoscopie bronchique

classique) et donc de dépister un cancer bronchique à un stade précoce.

Ces deux interventions sont réalisées sous anesthésie générale, dans de bonnes conditions via un masque laryngé.

L'arrivée de ces techniques d'endoscopie bronchique sur La Rochelle permet donc d'améliorer la prise en charge globale des patients au niveau local. L'activité interventionnelle bronchique est amenée à évoluer à l'avenir avec l'écllosion des techniques de réduction de volume pour le traitement de l'emphysème pulmonaire.

Dr Thomas Cassanet

« JE BOUGE POUR MA SANTÉ »

« Le samedi 13 avril 2024, la petite commune du Thou s'est transformée en véritable lieu de prévention en accueillant le second Forum Santé intitulé « *Je bouge pour ma Santé* ». Le Souffle 17 faisait partie des participants à cette action.

Porté par tout un village, et plus précisément par l'équipe municipale du Thou (Christine Desfougères) et l'équipe des médecins et des infirmières Asalée du Thou (Sylvie Guillemain-Girard et moi-même Emilie Berger), cette journée se voulait centrée sur l'activité physique.

Au cœur des cabinets médicaux, nous, les infirmières Asalée, sommes présentes pour faire de l'éducation à la santé auprès des patients, afin de les aider à mieux prendre en charge leur santé et/ou éviter l'apparition de pathologies.

C'est donc tout naturellement qu'est née l'idée de proposer une journée permettant de sensibiliser autour de l'activité physique, mais aussi de pratiquer ! L'idée était de promouvoir l'activité physique comme outils de prévention permettant de retarder ou d'empêcher l'apparition de certaines problématiques de santé.

Le public a répondu présent, que ce soit lors des ateliers autour de l'activité physique comme la danse libre, les bilans de condition physique par PEPS (prescription d'exercice physique pour la santé), le parcours ludique pour enfants, la rando-goûter avec l'association *Thou's dehors...* qu'aux abords des stands de prévention (bilan de santé, prise de tension artérielle, de glycémies et de cholestérol...).



600 personnes ont été accueillies et orientées vers diverses associations comme *Siel Bleu* qui propose de l'Activité physique Adaptée sur les communes du Thou et de Landrais.

Un atelier Cuisine, avec l'association *Arozoaar* de maraîchage bio sur Le Thou, a mis en valeur la santé par l'alimentation.

Nos patient partenaires *ASALEE* ont pu tenir l'*Asal'bar*, qui proposait un menu équilibré ainsi que des gâteaux sans sucre ajouté, tout cela réfléchi en concertation avec nous infirmières Asalée.

Chaque mouvement compte, que ce soit lors d'une partie de pétanque où les joueurs vont faire près d'un kilomètre sans s'en apercevoir, ou bien lors d'une marche de 8 kilomètres ou d'un cours de danse. C'est ce message que nous voulions transmettre au public

Émilie Berger, Infirmière Asalée

<https://www.peps-na.fr/>

<https://www.sielbleu.org/>

DU NOUVEAU SUR LE SERVICE DE PNEUMOLOGIE DE LA ROCHELLE !



Le service de pneumologie de l'hôpital de La Rochelle accueille de nouveaux médecins, renforçant ainsi son équipe et ses compétences. Cette dynamique s'accompagne d'un développement notable de l'activité d'allergologie, offrant aux patients une prise en charge plus complète de leurs affections respiratoires.

Les nouveaux arrivants apportent un vent de fraîcheur et de nouvelles expertises au sein du service. Leur intégration permet d'accroître la capacité d'accueil des patients et de réduire les délais d'attente pour les consultations.

Parallèlement à l'élargissement de l'équipe, le service de pneumologie met l'accent sur le développement de l'allergologie. Cette spécialité est de plus en plus sollicitée en raison de la hausse des allergies respiratoires. Les patients atteints d'asthme, de rhinite allergique, pourront bénéficier d'un diagnostic précis et d'un traitement adapté. Un parcours pour l'exploration d'allergie médicamenteuse en hospitalisation de jour sera mis en place au cours de l'année 2025.

Grâce à ces évolutions, le service de pneumologie de La Rochelle confirme son engagement à offrir des soins de qualité et personnalisés à tous ses patients. Les nouvelles recrues et le développement de l'allergologie sont autant d'atouts pour améliorer la prise en charge des maladies respiratoires et améliorer la qualité de vie des patients.

Dr Hugo Couturier, pneumologue

CONSULTATION D'ACCOMPAGNEMENT AU SEVRAGE TABAGIQUE DU SOUFFLE17

Une des missions premières de l'association est de lutter contre les maladies respiratoires. L'ennemi public n°1 en la matière est bien évidemment le tabagisme.

Les chiffres sont éloquentes. Aujourd'hui, en France, 1 décès sur 8 est directement imputable au tabac, soit environ 75 000 morts par an. En comparaison, les accidents de la route représentent autour de 3 500 décès annuels. Et c'est sans compter les maladies que nos adhérents combattent au quotidien, comme les maladies respiratoires chroniques, les cancers, les maladies cardio-vasculaires, ou encore bon nombre d'autres affections qui seraient trop longues à énumérer....

C'est pourquoi l'association a décidé de créer une consultation d'aide au sevrage tabagique. Et grâce à l'investissement de ses membres, cette consultation a vu le jour depuis juin 2024.

Deux tabacologues, Emmanuelle Laumonier et Damien Forzy, proposent un accompagnement individuel, gratuit et sans avance de frais, qui peut se faire dans les locaux de l'association, ou au cabinet de kinésithérapie d'Emmanuelle et Damien à La Pallice. Après ces premiers mois d'existence, 30 personnes ont été accompagnées, 15 ne fument plus à ce jour, 11 prises en charge sont encore en cours, et 4 personnes ont mis en pause leur projet d'arrêt.

L'association est fière de pouvoir contribuer à cet enjeu de santé publique qu'est la lutte contre le tabagisme : il vaut toujours mieux prévenir que guérir !!!

Encore merci aux différents acteurs de ce projet et à nos partenaires.

Damien Forzy, kinésithérapeute, tabacologue



NOTRE ASSOCIATION EN PLEIN ESSOR

Le 30 mai 2024 a eu lieu notre Assemblée Générale, présidée par notre présidente, le docteur Marion Lafarge.

Le nombre record de participants cette année témoigne de la vivacité de l'association, concordant avec la hausse continue d'adhérents !

Retrouvez le procès verbal sur notre site cdmr17.fr qui a fait peau neuve en 2024 !

DÉCOUVREZ CDMR17.FR

cdmr17.fr : le site internet du Souffle 17 a fait peau neuve sous la direction de M. Denis Allard.



LA CROISIÈRE S'AMUSE !

Mercredi 12 juin 2024, le soleil était au rendez-vous pour accueillir l'équipage du Souffle 17 sur le maxi catamaran de la société *Kapalouest*. 27 personnes avaient répondu présentes, pour une sortie en mer d'environ 2 heures.

Cap au large vers une mer peu formée !

Les sourires et les mines réjouies faisaient plaisir à voir. L'équipage était serein avec Françoise à la barre !

La croisière se poursuivait direction les Tours de La Rochelle. L'entrée dans le port est toujours un instant magique qui a séduit l'ensemble des participants. Puis vint le retour au Port des Minimes, pour débarquer l'équipage, qui nous l'espérons, gardera un bon souvenir. Une expérience à reproduire...

Franck Roy, adhérent



ACTION MOIS SANS TABAC AUX RESTOS DU CŒUR



L'association a répondu à un appel à projet de la CPAM pour le mois sans tabac.

Nous avons décidé de mener une action auprès des Restos du cœur de La Rochelle.

Nous avons donc monté une équipe de 4 personnes (3 tabacologues et 1 infirmière AZALÉE) pour intervenir lors de la distribution alimentaire aux « Restos du cœur » de Laeu. Au total, il y a eu 6 interventions de 2 heures, en binômes :

- 2 en octobre pour expliquer notre présence et distribuer des « Kits du mois sans tabac »
- 4 en novembre pour l'accompagnement durant le mois sans tabac.

Nous avons rencontré 45 personnes au total, avec lesquelles nous avons échangé et mis au point les connaissances sur les dangers du tabac, expliqué les différentes formes de dépendances et objectivé la nocivité du monoxyde de carbone liée à la combustion du tabac avec le Co-testeur (très apprécié). Nous avons distribué différentes formes de substituts nicotiniques pour qu'ils essayent et en ressentent l'utilité, et réalisé des prescriptions pour un mois pour les plus motivés. Enfin chacun a pu prendre connaissance des adresses de suivi par un tabacologue dans un périmètre proche de chez eux. Le public que nous avons rencontré aux Restos du cœur est reconnaissant que l'on s'intéresse à lui dans le cadre d'une prévention et d'une information. Le « aller vers » surprend les personnes initialement, mais la discussion est aisée et les questions sont nombreuses. La finalité vers l'arrêt du tabac est difficile à mesurer, tant les problèmes à gérer sont nombreux pour cette population précaire. Cependant, il est toujours intéressant d'initier un

questionnement voir un changement de comportement pour tout fumeur en général, et pour ce public en particulier. Enfin, l'objectif d'une émulation collective qui pourrait naître d'une telle intervention n'est finalement pas obtenue, car les personnes présentes lors des distributions aux Restos du cœur restent très isolées. Il y a très peu d'échanges entre eux, et dans tous les cas, pas de quoi déclencher une dynamique de groupe autour de l'arrêt de tabac.

Nous devons donc rester disponibles sur ce public précaire, mais être très humbles sur les résultats.

Je remercie chaleureusement Marie-Paule Chavignot, Pauline Thomas et Damien Forzy pour leur participation à cette action.

*Emmanuelle Laumonier,
kinésithérapeute, tabacologue*



SI J'AVAIS LU LA NOTICE

SI J'AVAIS LU LA NOTICE

Tu les lis, toi, les notices quand tu prends un médicament ?

NON POURQUOI ?

Parce que, parfois, voire même souvent c'est très dangereux.

Moi, à 17 ans je ne l'ai pas lu la NOTICE, et aujourd'hui, j'en paye les pots cassés.

J' te raconte, au début tout va bien, c'est même agréable, très convivial, d'ailleurs beaucoup de monde le fait.

Alors si beaucoup de monde le fait...

Ça te fait même du BIEN quand ça ne va pas, un moment de blues, de déprime, de colère, une engueulade... ELLE calme.

Mais à cette époque, existe t-il une NOTICE ?

ELLE panse TOUS tes petits bobos, pas besoin de médecin, de médicament, ELLE est là.

Matin, midi et soir, avant le repas après le repas.

Et parfois la nuit avec les amis.

Petit à petit j'ai dû largement dépasser la DOSE. Mais quelle DOSE ?

Quelle est la DOSE prescrite ? Y a t-il une DOSE prescrite ?

ELLE t'accompagne PARTOUT.

ELLE est dans ton sac, dans la voiture, à la maison le vide-poche lui appartient.

Quand tu es en manque, on t'en offre toujours UNE.

Tu ne restes jamais sans ELLE

Et je n'ai toujours pas lu la NOTICE.

Un jour, pourtant, ELLE ne te fait plus de bien.

Tu tousses, tu t'essouffles, parfois même tu craches, tu te fatigues et là... je me souviens qu'il existe UNE NOTICE. FUMER TUE.

Oh non ! tu ne vas pas mourir tout de suite. Mais ta vie va être un enfer, doux au début et de plus en plus effrayant.

ALORS ARRÊTE ET VITE.

Car, aujourd'hui, pour moi qui ai abusé de cette fausse bienfaitrice, je paie cash.

Vivre aujourd'hui, c'est ACCEPTER, COMBATTRE ET SUBIR LA MALADIE.

Tapie dans tes poumons, un jour elle se réveille, accompagnée de sa suite :



ESOUFFLEMENT, FATIGUE, TOUX, EXACERBATION, HOSPITALISATION....

Voilà, je t'ai tout raconté, pas TOUT, ça te ferait trop peur.

Pour moi le quotidien, la famille, les voyages, c'est maintenant difficile.

AH ! si j'avais lu la NOTICE.

Alors j'ai entrepris le COMBAT : la rupture d'ELLE.

Le suivi MEDICAL, les TRAITEMENTS, la KINÉ, la MARCHE, SE BOUGER.

Se faire aider, adhérer à une association. En parler. S'informer NOUS NE SOMMES PAS TOUS ÉGAUX ET NOUS

N'AURONS PAS TOUS UNE BPCO, mais ne courons pas le risque de faire partie de ces groupes de patients.

ARRÊTE LA CIGARETTE, IL N'EST JAMAIS TROP TARD

Christine Guyomar, adhérente

Courage à toi.

Je ne sais pas comment, pourquoi j'ai commencé à fumer, aujourd'hui je sais pourquoi j'ai arrêté.

COURRIER



* Suite à notre participation à l'achat d'un fauteuil roulant électrique.

* Bonjour
Je vous prie d'accepter nos sincères remerciements pour cette aide à notre projet qui voit le jour et apporter un nouveau souffle à la vie de notre fils.

Monsieur et Madame Vaillant

Merci de transmettre à toute votre équipe et au Dr Lafarge : bravo pour ce dynamisme et tous ces projets développés ++.
Dr Caron



le Souffle 17

Comité contre les Maladies Respiratoires de Charente-Maritime

CDMR17 Association reconnue d'utilité publique pour la promotion de la santé respiratoire

36 rue du Canada 17000 La Rochelle

Cdmr17@orange.fr

05 46 34 82 02

RESPIREZ !

BULLETIN D'ADHÉSION à retourner par courrier au CDMR17

Nom :

Prénom :

Adresse :

N° fixe : N° Portable :

E-mail :

L'adhésion au CDMR17 est de 10 € par an.

Vous pouvez également nous faire un don plus important. **66 % du montant de ce don sera déductible de vos impôts**, et ce jusqu'à 20 % de votre revenu imposable.

Je désire faire un don en plusieurs mensualités, j'indique au dos de chaque chèque la date d'encaissement souhaitée.



Adhésion



Adhésion + Don



Adhésion + Don



Adhésion +
1 an d'activité physique adaptée pour un patient



Adhésion +
accompagnement au sevrage tabagique d'une personne

Je désire recevoir un reçu fiscal :

Non Oui Par courrier Par e-mail

Les dons peuvent également s'effectuer en ligne via HelloAsso en flashant ce QR Code ▶



LA FEUILLE DE SOUFFLE

est la **newsletter** éditée par le Comité contre les Maladies Respiratoires de Charente-Maritime.
36 rue du Canada 17000 La Rochelle
www.cdmr17.fr // 05 46 34 82 02
www.lesouffle.org // facebook.com/Cdmr17

le Souffle 17

Comité contre les Maladies Respiratoires de Charente-Maritime