

Pneumonie : plus qu'une simple toux...

Lorsque nous respirons, nos millions d'alvéoles pulmonaires, sortes de petits sacs microscopiques, se gonflent et se dégonflent en permanence. Une maladie respiratoire aiguë comme la **pneumonie** résulte de l'inflammation de ces alvéoles, alors remplies de liquide et/ou de pus.



L'absorption d'oxygène devient limitée et la respiration se fait douloureuse.

Les pneumonies présentent un double visage : parfois sans gravité, elles peuvent aussi être dangereuses, en raison de leurs complications possibles.

La pneumonie concerne **tous les âges de la vie**.

Mais elle est davantage la cause de **complications** (et de décès) chez les enfants de moins de 5 ans, les personnes âgées, ou celles qui souffrent de maladies chroniques (comme le diabète), de maladies respiratoires ou cardiaques, ou dont les défenses immunitaires sont affaiblies, par exemple en raison de contamination par le virus du VIH

Pour les protéger de certaines pneumonies, il existe des vaccins.

Attention : selon l'Organisation mondiale de la santé, la pneumonie est la première cause au monde de mortalité des enfants (environ 1,2 million de décès par an chez les moins de 5 ans), surtout dans les pays très pauvres.

Pneumonies: des causes variables

Les pneumonies ont de nombreuses origines.

Elles surviennent fréquemment en raison d'une **infection bactérienne** – le plus souvent, chez l'adulte, il s'agit d'un pneumocoque – ou **virale**.

Ces virus provoquent parfois d'autres types d'affection respiratoire, comme la grippe ou la bronchite : la personne atteinte « se défend » moins efficacement et ces virus s'installent dans ses poumons; dans un deuxième temps, une **surinfection** par des bactéries vient alors souvent compliquer le tableau.

Les pneumonies font partie des infections que l'on risque de contracter lors d'une hospitalisation (maladie nosocomiale), en particulier dans un service de soins intensifs.

Plus rarement, les pneumonies proviennent de dommages chimiques dus à une exposition à divers produits, à une tuberculose, à des champignons ou à des parasites.

Certaines pneumonies persistantes peuvent également être favorisées par un cancer des bronches qui empêche une bonne circulation de l'air dans une zone du poumon.

Feu orange : les fumeurs courent davantage un risque de faire une pneumonie.

De l'air!

Les symptômes de la maladie varient selon son intensité, sa gravité, l'âge ou l'état initial du malade. Ils peuvent durer jusqu'à plusieurs semaines.

Dans la majorité des cas, ils comportent de la **toux** généralement sèche au départ puis avec des expectorations jaunâtres ou verdâtres. On note aussi un **essoufflement**, une **respiration sifflante**, une **gêne respiratoire**, des **douleurs thoraciques**.

Fatigue, maux de tête, frissons, fièvre jusqu'à 41° sont généralement au rendez-vous.

Attention : les personnes âgées ne vont pas systématiquement présenter tous les symptômes.

Tout trouble de la conscience, toute fréquence respiratoire excessive associée à une fièvre élevée, sont des **signes de gravité** de la maladie, nécessitant une hospitalisation d'urgence.

L'auscultation du patient par le médecin généraliste permet de poser le diagnostic ; celui-ci est confirmé par une radiographie des poumons. Un test sanguin et l'analyse des sécrétions peuvent le compléter.

Feu vert : une bonne hygiène des mains et le respect des mesures de protection comme porter un masque permet d'éviter la transmission et l'auto-transmission de virus ou de bactéries à l'origine d'infections respiratoires comme la pneumonie.

Retrouver le souffle

Les traitements sont adaptés aux causes et aux répercussions de la maladie.

La position assise facilite la respiration.

En général, les **pneumonies virales guérissent « spontanément »**. Dans certains cas plus sévères, des antiviraux sont prescrits.

Les **antibiotiques** constituent le traitement de choix des **pneumonies bactériennes**. Ils ont permis de réduire les décès

dus à la maladie.

Souvent, un traitement de kinésithérapie respiratoire complète les traitements.

Une **hospitalisation** peut s'avérer nécessaire en cas d'atteinte pulmonaire sévère ou pour contrer des complications, rares mais graves, comme une pleurésie (voir l'encadré), un abcès au poumon, une détresse respiratoire, une infection généralisée... L'hospitalisation permet de mettre en place une éventuelle antibiothérapie par perfusion, des mesures de réhydratation ou une assistance respiratoire.

Les **vaccins** recommandés aux enfants (notamment contre l'Hib, le pneumocoque, la rougeole) les protègent d'un grand nombre d'infections invasives, dont des pneumonies. Vous pouvez trouver [plus d'informations sur la vaccination des bébés](#) sur le site vaccination-info.be.

Pour les adultes, le vaccin contre le pneumocoque est recommandé aux plus de 65 ans, mais aussi aux personnes plus jeunes souffrant de bronchite chronique, de maladies cardiaques, ou à celles dont le système immunitaire est affaibli. Tous les ans, le vaccin contre la grippe est également recommandé à ces personnes (plus d'informations sur la [vaccination contre le pneumocoque](#) et sur la [vaccination contre la grippe](#)).

Feu vert : pour soulager la toux, tout en la respectant car elle permet d'expulser les sécrétions, on peut essayer de boire de l'eau chaude mélangée à du miel (lire sur ce site « toux: le [miel](#) efficace »).

Feu orange : il faut en général environ deux semaines pour guérir d'une pneumonie, mais un temps de convalescence plus long est indispensable.

Attention : le phénomène de résistance aux traitements antibiotiques complique parfois le traitement de la pneumonie

bactérienne. Les antibiotiques doivent être réservés au traitement d'infections graves, comme la pneumonie.

Les sévères pleurésies

Une vive douleur thoracique aggravée par la toux, une gêne respiratoire? Des douleurs amplifiées ou déclenchées par un changement de position? Une disparition de la vibration des cordes vocales ?

Tous ces symptômes peuvent provenir d'une pleurésie, c'est-à-dire d'une inflammation de la plèvre qui entoure les poumons. Elle peut entraîner la présence d'un liquide, parfois purulent.

Les causes principales qui expliquent le développement de cette maladie sont:

- une infection par la bactérie responsable de la tuberculose;
- une infection virale ou bactérienne (comme celle qui provoque des pneumonies);
- plus rarement un cancer.

Après avoir ausculté le malade, le médecin prescrit une radiologie des poumons pour confirmer le diagnostic. Une analyse sanguine et/ou des expectorations sont généralement réalisées, une ponction peut les compléter.

Le traitement dépend de la cause de la pleurésie. Lorsque l'infection est d'origine bactérienne, des antibiotiques sont prescrits. Outre des bandages élastiques destinés à limiter la douleur, des ponctions, des drainages ou des aspirations du liquide infectieux soulagent le malade. Dans des cas sévères, un chirurgien intervient en pratiquant une thoracotomie qui est une ouverture de la cage thoracique. Une kinésithérapie respiratoire vise à éviter les séquelles.

Photo © dalaprod – fotolia.com

Mise à jour le 02/09/2021