Prévenir la pneumonie de l’adulte

Les **pneumonies**, parfois sans gravité, peuvent souvent être dangereuses en raison de leurs complications possibles. Une **vaccination** permet de réduire le risque d’une infection par la bactérie « **pneumocoque**« .

Quelles sont les causes des pneumonies chez l’adulte?

Les pneumonies ont de nombreuses origines.

Virales

Elles surviennent fréquemment en raison d’une **infection** virale.
Ces virus provoquent parfois d’autres types d’affection respiratoire, comme la grippe ou la bronchite ou la rougeole : la personne atteinte « se défend » moins efficacement et les virus s’installent dans ses poumons.

Bactériennes

Les pneumonies peuvent aussi être liées à une infection **bactérienne**

- soit la bactérie infecte immédiatement les poumons
- soit la bactérie profite de la présence d’une infection virale: on parle alors de **surinfection** par la bactérie.

De nombreuses bactéries peuvent causer une pneumonie. Chez l'adulte, en dehors du milieu hospitalier, il s'agit le plus souvent du **pneumocoque**.

Mais les pneumonies font aussi partie des infections que l'on risque de contracter lors d'une hospitalisation (maladie nosocomiale), en particulier dans un service de soins intensifs. Les bactéries en cause sont alors multiples.

Le **pneumocoque** est un agent majeur de pneumonie, mais aussi de septicémie, de méningite, de sinusite, d'otite moyenne et d'exacerbations aiguës d'affections pulmonaires chroniques obstructives (BPCO).
Il existe plus de 90 types de pneumocoques différents. Les infections invasives dues au pneumocoque (principalement liée à la pneumonie) augmentent à partir de l'âge de 50 ans et surviennent beaucoup plus souvent encore chez les personnes de plus de 65 ans et chez les patients présentant une pathologie chronique. Deux tiers de toutes les bactériémies à pneumocoque surviennent chez les personnes âgées de plus de 50 ans.
En cas d'infection invasive par le pneumocoque, la mortalité s'élève à 20% chez les personnes de 65 ans et 40% chez les plus de 85 ans.

Autres causes plus rares

Plus rarement, les pneumonies proviennent de **dommages chimiques** dus à une exposition à divers produits, ou bien à une **tuberculose**, ou bien, encore, 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.

Quels sont les symptômes ?

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. Le plus souvent, on note

- de la **toux** (mais pas toujours chez les personnes âgées): généralement sèche au départ puis avec des expectorations jaunâtres ou verdâtres
- de l'**essoufflement**, une **respiration sifflante**, une **gêne respiratoire**, des **douleurs thoraciques**.
- de la fatigue, des maux de tête, des frissons, de la fièvre (parfois élevée).

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.

Attention : 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.

Comment soigne-t-on une pneumonie?

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, 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.

Peut-on prévenir les pneumonies?

Oui, la **vaccination** offre une protection partielle contre le **pneumocoque (**bactérie).

Chez l'adulte, le **pneumocoque** est la cause la plus fréquente de pneumonie en dehors de l'hôpital. Outre une pneumonie, il peut entraîner une **infection invasive** grave de tout l'organisme et entraîner le décès.

Pour les **adultes**, le **vaccin contre le pneumocoque est recommandé** à certaines personnes:

- les personnes de plus de 65 ans (jusqu'à 85 ans) en bonne santé
- les personnes plus jeunes (dès 19 ans) ayant un risque accru d'infection à pneumocoque dû à
    - un trouble de l'immunité,
    - l'absence de rate (asplénie anatomique ou fonctionnelle)
    - une drépanocytose ou une hémoglobinopathie.
    - une fuite du liquide céphalo-rachidien
    - la présence d'un implant cochléaire.
- les personnes de 50 à 85 ans présentant une comorbidité (présence d'une maladie) comme
    - souffrance cardiaque chronique

- souffrance pulmonaire chronique ou fumeurs
- souffrance hépatique chronique ou abus d'alcool
- souffrance rénale chronique.

Bon à savoir : 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).

Quels vaccins?

Deux vaccins destinés à l'adulte sont enregistrés: le vaccin polysaccharidique à 23 valences (PPV23) et le vaccin conjugué à 13 valences (PCV13). Le **schéma de vaccination combine généralement l'utilisation de ces deux vaccins**. Le **médecin généraliste** l'adapte en fonction des antécédents de chaque patient.

La **vaccination** contre le pneumocoque est **sûre**. Les effets indésirables se limitent généralement à une sensibilité locale ou une induration au site d'injection, une sensation de fièvre, une fatigue ou des douleurs musculaires et articulaires. Après une revaccination prématurée (moins de 3 ans d'intervalle), une réaction locale plus sévère a été rapportée exceptionnelllement. Des effets secondaires graves ou systémiques sont rares.

Bon à savoir : 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.

Photo © RFBSIP – Fotolia.com

Mise en ligne le 20/09/2021

Références

Vaccination antipneumococcique. Fiche « vaccination de l'adulte » du Conseil Supérieur de la Santé.