

# BPCO ET VOYAGE EN ALTITUDE



FICHE PRATIQUE

#### Quelles recommandations pour préparer son séjour en toute sérénité?

Sauf en cas de contre-indication du médecin, une personne vivant avec une BPCO peut tout-à-fait voyager et prendre l'avion. Cependant il est indispensable de ne rien négliger avant de partir!

Cette fiche rappelle les précautions à prendre pour préparer son séjour et partir en toute sérénité.



## Les effets de l'altitude

Bien que le pourcentage d'oxygène reste inchangé (environ de 21 %), la haute altitude est caractérisée par une diminution de la pression atmosphérique. Ainsi, à chaque mouvement respiratoire, une plus petite quantité d'oxygène gagne les alvéoles pulmonaires. On parle d'«hypoxie» (baisse de la quantité d'oxygène dans le sang). En cas de BPCO, l'altitude peut entrainer diverses réactions sur l'organisme comme une altération des échanges gazeux, une diminution de la force musculaire ou encore la nécessité d'augmenter la ventilation.



Lors d'un vol long-courrier à une altitude de plus de 10 000 m, même si les cabines sont pressurisées (ce qui équivaut à une altitude de 2000-2500 m en montagne), la pression peut être responsable d'une majoration de l'hypoxémie chez les insuffisants respiratoires.

#### RECOMMANDATIONS

- Vous pouvez vous procurer un oxymètre: cet appareil permet de mesurer la concentration en oxygène dans les artères et de détecter des complications précoces liées à l'hypoxie.
- Pour certaines personnes, **porter des chaussettes de contention**, voire prévoir un traitement anti coagulation, est indispensable afin d'éviter tous risque de phlébite ou d'embolie pulmonaire.

Plus de fiches pratiques sur www.sante-respiratoire.com

#### Un projet? Parlez-en avec votre médecin

Pour préparer au mieux votre projet, une consultation avec votre médecin traitant ou votre pneumologue permettra de :

- Faire le point sur les vaccinations nécessaires si vous partez à l'étranger.
- Connaître votre niveau de souffle et d'oxygénation dans le sang au repos.
- S'assurer que vous êtes en capacité de reconnaître et gérer un début d'exacerbation respiratoire identifiée par une toux, des crachats ou d'un essoufflement.



- Adapter votre traitement si besoin.
- Se renseigner sur les démarches à réaliser avant de prendre l'avion.

## Voyager avec de l'oxygène



Chaque compagnie aérienne et aéroport ont leurs propres règles d'admission de matériel médical respiratoire pendant le vol. Attention, vous ne pourrez pas monter à bord avec votre oxygène de déambulation car, pour des conditions de sécurité, seules des **bouteilles agrées «aéronautique»** peuvent être utilisées en vol. Elles seront fournies par la compagnie.

#### Démarches pour préparer votre vol

- ☑ Déclarez votre appareillage au moment de la réservation du vol afin d'obtenir l'accord du service médical de la compagnie.
- Demandez à la compagnie aérienne qui vous fait voyager un formulaire d'information médicale qui lui est propre. Remplissez-le avec votre médecin qui vous suit.
- Pour votre appareillage, ainsi que pour les formalités douanières relatives à votre matériel, demandez de l'aide auprès de votre société prestataire de services.



- N'hésitez pas à demander le devis du prix de l'oxygénothérapie embarquée si besoin.
- Et surtout n'oubliez pas de contacter **le service médical de l'aéroport**, il pourra vous aider avant d'embarquer et lors de vos transits/correspondances en cas de besoin de fauteuil roulant ou encore pour s'assurer de la continuité de votre oxygénothérapie (qui relève à ce moment-là de prestataires locaux et non de la compagnie aérienne).

#### **POUR ALLER PLUS LOIN**

- Lire l'article BPCO et altitude font-ils bon ménage?
- Nenseignez-vous sur ces formalités au moment de votre réservation: si le voyage est refusé ou trop cher, réessayez avec une autre compagnie: les règlements internes diffèrent d'une compagnie aérienne à l'autre.