



La réadaptation respiratoire

Éclairage de Jean-Charles Laporte,
kinésithérapeute libéral coordinateur du réseau
de réhabilitation respiratoire Recup'Air
(ARS Ile-de-France)

RAPPEL

La réadaptation respiratoire est une prise en charge pluridisciplinaire qui a pour but d'améliorer la santé physique et psychique des patients. Elle est individualisée et comporte selon les besoins en plus de la kinésithérapie, des consultations de nutrition (beaucoup de patients BPCO sont dénutris ou en surpoids), un suivi psychologique, des consultations de tabacologie.

“Son objectif est un changement durable du comportement du patient face à sa maladie. En kinésithérapie, cela nécessite d'améliorer la tolérance à l'effort, d'optimiser la gestion du souffle au repos et à l'effort et aussi de participer à la prévention des infections bronchiques ce qui permet de réduire le nombre d'exacerbation pour in fine gagner en qualité de vie” informe Jean-Charles Laporte.

La réadaptation respiratoire améliore les capacités physiques et la qualité de vie des personnes ayant une BPCO. Trop peu de patients y ont accès.

Quels sont les composants de la prise en charge kinésithérapique ?

- **la kinésithérapie respiratoire** en tant que telle (désencombrement bronchique, travail du souffle, renforcement des muscles inspireurs...),
- **la kinésithérapie motrice** : réentraînement musculaire des muscles des 4 membres et du tronc,
- **le réentraînement en endurance** (cyclo-ergomètre, tapis de marche...),
- **l'Education Thérapeutique du Patient (ETP)** pour aider le patient à développer des compétences dont il a besoin pour gérer au mieux son quotidien. Par exemple, mesurer son débit expiratoire de pointe, prendre correctement un traitement inhalé, repérer les signes précurseurs d'une exacerbation respiratoire...

Les Indications de la réadaptation respiratoire

La réadaptation respiratoire peut être mise en route pour toutes les personnes ayant une BPCO, **dès qu'il y a une dyspnée**, c'est-à-dire une gêne respiratoire ressentie par le patient et ce, malgré un traitement optimisé. Néanmoins, l'accès à la réadaptation respiratoire reste compliqué tant en libéral qu'en établissement de soins bien que son efficacité élevée ait été prouvée.