



Guide à l'intention des
patients et des familles
2019

Pneumonie

Also available in English:
Pneumonia (WA85-0368)



www.nshealth.ca

Pneumonie

La pneumonie est une infection dans un ou dans les deux poumons qui cause l'inflammation des sacs alvéolaires. On l'appelle parfois « infection des poumons ». La pneumonie peut être causée par des virus ou des bactéries. Les virus sont la cause la plus courante.

Quels sont les symptômes de la pneumonie?

Voici certains symptômes de la pneumonie.

- › Toux, qui peut produire des mucosités (mucus)
- › Douleur thoracique (dans la poitrine) lorsque vous respirez ou toussiez
- › Fatigue
- › Fièvre, transpiration, tremblements, frissons
- › Nausée (mal de cœur), vomissements ou diarrhée (selles liquides)
- › Essoufflement, respiration rapide ou difficulté à respirer
- › Irritabilité
- › Rythme cardiaque rapide

Consultez votre fournisseur de soins de santé si vous avez de la difficulté à respirer, de la douleur à la poitrine, une fièvre (39°C/102°F ou plus) qui demeure élevée ou une toux persistante.

Qui est à risque d'avoir une pneumonie?

Vous présentez un plus grand risque de pneumonie dans les cas suivants.

- › Vous avez plus de 65 ans.
- › Vous avez moins de 2 ans.
- › Votre système immunitaire est affaibli en raison d'un autre problème de santé, de la chimiothérapie ou d'un médicament qui le rend plus faible. L'affaiblissement de votre système immunitaire réduit la capacité de votre corps de combattre l'infection.
- › Vous fumez.
- › Vous avez un rhume de cerveau ou une infection à la gorge.
- › Vous ne vous alimentez pas sainement.
- › Vous souffrez d'une maladie chronique, comme l'asthme ou la MPOC.
- › Vous consommez de l'alcool de façon abusive.
- › Vous avez déjà eu une pneumonie.

Comment diagnostique-t-on la pneumonie?

On utilise un stéthoscope pour écouter s'il y a des sons anormaux dans vos poumons. On pourrait aussi vous faire les examens suivants :

- › analyses de sang
- › radiographie des poumons
- › oxymétrie pulsée (mesure l'oxygène dans votre sang)
- › examen d'un échantillon d'expectorations (crachat)
- › tomodensitométrie (CT scan)
- › prélèvement de liquide pleural (vérification du liquide dans la région des poumons)

Comment traite-t-on la pneumonie?

- La pneumonie est traitée en guérissant l'infection et en prévenant les complications. Le traitement peut comprendre :
 - › des médicaments pour abaisser la fièvre et soulager la douleur (pris au besoin).
- On pourrait aussi vous prescrire des antibiotiques. Il est important **de prendre tous vos antibiotiques même si vous commencez à vous sentir mieux.**

Médicaments prescrits :

Continuez à prendre vos médicaments habituels :

Pour vous rétablir rapidement...

- Reposez-vous beaucoup.
- Buvez beaucoup de liquides (si vous n'avez pas un régime de restriction hydrique).
- Tournez-vous souvent dans le lit. Prenez cinq à dix respirations profondes, puis tousssez une ou deux fois. Faites-le toutes les heures lorsque vous ne dormez pas.
- Jetez les mouchoirs tout de suite après les avoir utilisés et lavez-vous bien les mains. Couvrez votre bouche et votre nez lorsque vous tousssez.
- Arrêtez de fumer.
- **Prenez un rendez-vous de suivi avec votre fournisseur de soins de santé dans les cinq à sept jours.** Il pourrait demander une radiographie après six semaines pour vérifier vos poumons.
- Prenez tous les médicaments comme ils vous ont été prescrits.

Comment puis-je prévenir la pneumonie?

- Gardez votre système immunitaire fort.
 - › Faites-vous vacciner contre la grippe.
 - › Reposez-vous le plus possible.
 - › Buvez beaucoup de liquides (si vous n'avez pas un régime de restriction hydrique).
 - › Ayez une saine alimentation.
 - › Faites de l'activité physique.
- Adoptez de bonnes pratiques d'hygiène (p. ex., jetez les mouchoirs tout de suite après les avoir utilisés et lavez-vous bien les mains, couvrez votre bouche et votre nez lorsque vous toussiez).
- Ne fumez pas.

Appelez votre fournisseur de soins de santé ou retournez au service des urgences dans les cas suivants.

- › Votre fièvre est supérieure à 38°C/100,4°F pendant plus de trois à cinq jours
- › Vous avez plus de difficulté à respirer.
- › Il y a du sang lorsque vous toussiez.
- › La toux ne diminue pas après cinq à sept jours ou vous ne vous sentez pas mieux après trois à cinq jours.

La présente brochure ne sert qu'à vous guider.
Si vous avez des questions, veuillez en discuter
avec votre fournisseur de soins de santé. Nous
sommes là pour vous aider.

Vous avez besoin d'autres informations sur des questions de santé?

Vous trouverez cette publication et toutes nos autres ressources à l'intention des patients à <http://library.nshealth.ca/PatientGuides> (en anglais seulement). Communiquez avec la bibliothèque publique de votre région pour obtenir des livres, des vidéos, des magazines et autres ressources. Pour plus d'informations, allez à <http://library.novascotia.ca/fr>. Vous pouvez parler à une infirmière autorisée en Nouvelle-Écosse en tout temps, en composant le 8-1-1. Vous pouvez aussi consulter le <https://811.novascotia.ca/?lang=fr>. Pour découvrir d'autres programmes et services offerts dans votre collectivité, composez le 2-1-1- ou allez à <http://ns.211.ca> (en anglais seulement).

La Régie de la santé de la Nouvelle-Écosse fait la promotion d'un environnement sans fumée, sans vapeur et sans parfum. Nous vous remercions de ne pas porter ni utiliser de produits parfumés.
www.nshealth.ca

Préparation : Service des urgences

Conception : Services de la bibliothèque de la Régie

Les renseignements contenus dans la présente publication sont fournis uniquement à titre d'information et d'éducation. Ils ne remplacent pas les conseils médicaux ou les soins de santé offerts par un professionnel de la santé. Si vous avez des questions, veuillez communiquer avec votre fournisseur de soins de santé.

FF85-2061 © Décembre 2019 Régie de la santé de la Nouvelle-Écosse

Les renseignements contenus dans la présente publication sont mis à jour tous les trois ans ou au besoin.