

❸ S'informer sur le pneumothorax spontané - Fiche conseil

Le pneumothorax se produit lorsqu'une accumulation d'air se forme autour du poumon, entre les deux membranes qui l'entourent (les feuillets pleuraux). Cet excès d'air empêche le poumon de se déployer correctement, entraînant un affaissement partiel ou complet.

Lorsqu'il survient sans traumatisme ou blessure préalable, on parle de pneumothorax spontané.

Après un premier épisode de pneumothorax spontané, **il existe un risque de récidive d'environ 30 %**, qui passe à 62 % en cas de second épisode. La plupart des récidives se produisent dans les deux ans suivant l'épisode initial. Afin de limiter ce risque, **il est fortement recommandé d'arrêter de fumer, que ce soit du tabac ou du cannabis**, car le tabagisme augmente considérablement le risque de récidive.

En ce qui concerne l'activité physique, la plupart des exercices ne semblent pas aggraver le pneumothorax ni ralentir la guérison. Cependant, un arrêt temporaire de certaines activités physiques intenses ou à risque peut être conseillé. Par contre, **la plongée sous-marine avec bouteilles est définitivement interdite après un pneumothorax en raison des risques élevés de complications graves, voire mortelles**, en cas de barotraumatisme. La plongée en apnée (avec masque et tuba) reste autorisée.

Voyager en avion est possible après un pneumothorax, mais il est fortement recommandé d'attendre au moins deux semaines après la guérison complète. L'altitude, bien qu'elle ne cause pas de pneumothorax, peut aggraver un pneumothorax existant.

Dans certains cas, pour prévenir les récidives, une intervention chirurgicale peut être envisagée. Cette opération est généralement proposée en cas de récidive ou bien dès le premier épisode si celui-ci est particulièrement grave ou encore si vous pratiquez une activité ou un métier à risque.

Après un pneumothorax, une consultation chez un pneumologue est généralement nécessaire. Ne manquez pas le rendez-vous et pensez à apporter l'ensemble des radiographies, des courriers et des comptes-rendus médicaux à votre disposition.

L'apparition d'une nouvelle douleur thoracique brutale, avec ou sans essoufflement, doit vous faire craindre une récidive de pneumothorax et vous amener à consulter un médecin en urgence.
En cas d'essoufflement important, de malaise ou de coloration bleutée des doigts ou des lèvres,appelez immédiatement le 15 ou le 112.

Pour en savoir plus sur le pneumothorax, **scannez le QR code**.



Information sur le pneumothorax

Assurance Maladie

Site internet