

Voyager en avion avec une affection pulmonaire

Souffrir d'une affection pulmonaire ne devrait pas vous empêcher de voyager en avion. Que vous partiez en vacances, fassiez un voyage d'affaires ou rendez visite à votre famille ou à vos amis, vous devriez pouvoir prendre les dispositions nécessaires – pour autant que vous vous y preniez à l'avance.

Cette brochure d'information traitera des éléments essentiels à prendre en considération pendant la préparation d'un voyage et vous donnera des conseils pour rester en bonne santé lorsque vous êtes à l'étranger.

Parler à votre professionnel de santé

La première chose à faire avant de préparer votre voyage est de parler à votre professionnel de santé. Il est préférable de le faire aussi rapidement que possible, notamment parce que vous devrez peut-être passer certains examens complémentaires pour vérifier que vous êtes en état de voyager. Selon leurs résultats, vous aurez peut-être besoin d'oxygène ou de médicaments supplémentaires.

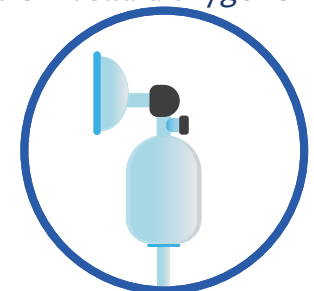


Oxygène en vol – pourquoi vous pourriez en avoir besoin

Dans un avion, la teneur en oxygène est moins élevée que dans l'air que nous respirons normalement, ce qui se traduit par une baisse du niveau d'oxygène dans le sang.

Les personnes ne souffrant pas d'une affection pulmonaire ne sentiront pas la différence, cette baisse de la teneur en oxygène étant trop peu importante.

Par contre, si vous souffrez d'une affection pulmonaire, il se peut que votre niveau d'oxygène soit déjà faible ou que vos poumons ne puissent pas maintenir un taux d'oxygène sans risque pour vous. Une baisse du niveau d'oxygène dans votre sang peut occasionner un malaise ou même être dangereux pour vous pendant ou après votre vol. Cela signifie que vous pourriez avoir besoin d'oxygène pendant le vol, même si ce n'est normalement pas le cas. Un complément d'oxygène maintient le taux d'oxygène dans votre sang à un niveau suffisant et garantit votre sécurité.



Si vous utilisez déjà de l'oxygène, vous pourriez, en cas de vol, être amené(e) à en augmenter le débit.

« Je n'ai normalement pas besoin d'oxygène mais, au cours d'un bilan, j'ai indiqué au passage à mon médecin que je partais bientôt en vacances et elle m'a dit que je devrais passer un test d'aptitude à voyager en avion. Il s'est avéré que j'aurai besoin d'oxygène pour les sept heures de vol. Je suis heureux que la question ait été soulevée lors de mon rendez-vous. »

L'épreuve d'hypoxie ou test d'aptitude à voyager en avion

Pour savoir si vous avez besoin d'oxygène en vol, vous devez passer une épreuve d'hypoxie, également appelée test d'aptitude à voyager en avion.

Au début, votre médecin vous prélèvera un peu de sang pour vérifier votre taux d'oxygène dans des conditions normales (test « gaz du sang »). Si vous manquez déjà d'oxygène à ce stade, votre médecin vous recommandera de prendre de l'oxygène pendant votre vol.

Si votre taux d'oxygène est bon, il se peut que votre professionnel de santé estime quand même que vous pourriez présenter un risque et vous demande de passer le test d'aptitude à voyager en avion. Ce test consiste à respirer de l'air contenant un niveau d'oxygène équivalent à celui disponible dans un avion, au moyen d'un masque facial ou d'un embout pendant une durée maximale de 20 minutes. Votre professionnel de santé restera à vos côtés pendant le test pour surveiller votre réponse. Votre niveau d'oxygène sera mesuré à l'aide d'un appareil appelé oxymètre qui émet un léger rayon lumineux qui traverse votre doigt, votre oreille ou votre front. S'il indique que votre niveau d'oxygène est passé en dessous du taux recommandé, votre médecin mettra fin au test et vérifiera votre niveau d'oxygène au moyen d'une autre analyse sanguine. Si le test se poursuit pendant la totalité des 20 minutes, à la fin de celui-ci, votre médecin vous prélèvera un autre échantillon de sang pour vérifier votre niveau d'oxygène.



Si le niveau d'oxygène dans votre sang passe en dessous du taux recommandé, vous aurez besoin d'oxygène en vol.

Votre professionnel de santé pourra décider de la quantité (débit) d'oxygène dont vous avez besoin en fonction des résultats du test et de votre état de santé général. Dans d'autres cas, vous devrez passer un autre test appelé étude de titration. Il consiste à répéter le test d'aptitude à voyager en avion tout en respirant différents niveaux de complément d'oxygène pour déterminer le débit qui contribue à ramener votre niveau d'oxygène à la normale.

Votre médecin vous indiquera généralement la durée de validité des résultats de votre test. Tant que votre état n'évolue pas, les résultats devraient rester valables. Dans le cas contraire (c.-à-d. poussées, baisse du niveau d'oxygène dans le sang), vous devrez repasser le test avant votre prochain déplacement en avion.

Vous pouvez visionner une vidéo sur le test d'aptitude à voyager en avion sur le site Web de l'ELF.

Vérifier la politique relative à l'oxygène thérapeutique de la compagnie aérienne

Si vous avez besoin d'oxygène pendant votre vol, vous devriez vérifier la politique de la compagnie aérienne en la matière. Les politiques diffèrent d'une compagnie aérienne à l'autre : certaines fournissent de l'oxygène en vol que vous devrez souvent payer. Le montant facturé varie d'un transporteur à l'autre. D'autres vous autoriseront à apporter à bord votre propre concentrateur d'oxygène portable (COP) approuvé par la Federal Aviation Administration (FAA) américaine, mais vous préciseront souvent le type d'appareil que vous pouvez utiliser.

Vous devriez contacter votre compagnie aérienne dès que possible pour vous assurer qu'elle peut répondre à vos besoins. Si vous prenez votre COP, vérifiez qu'il est autorisé et que vous avez suffisamment de batteries pour tenir aisément toute la durée du vol ; emmenez des batteries supplémentaires pour faire face aux éventuels retards.

Consultez l'index des compagnies aériennes sur notre site Web : il répertorie les politiques en matière d'oxygène thérapeutique et les coordonnées des principales compagnies aériennes.



Informer la compagnie aérienne - certificat médical

Si vous avez besoin d'un complément d'oxygène à bord de l'avion, votre compagnie aérienne vous demandera un certificat médical, communément appelé certificat d'aptitude à voyager en avion (*Fit to Fly*) ou Formulaire d'informations médicales (*Medical Information Form, MEDIF*). Ces certificats prouvent que votre santé vous permet de prendre l'avion. Vous ou votre soignant devrez remplir une partie du formulaire et votre médecin l'autre partie.

Chaque compagnie aérienne dispose de son propre formulaire qui peut être téléchargé sur son site Web, généralement sur les pages relatives à l'assistance spéciale. S'il n'est pas disponible en ligne, vous devrez contacter le service d'assistance spéciale de la compagnie aérienne.

Il se peut que seule une partie des informations demandées sur le formulaire vous concernent. Ce dernier est conçu pour couvrir différentes affections temporaires ou de longue durée, y compris les problèmes cardiaques, les interventions chirurgicales récentes et les blessures.

En général, vous devrez donner des informations détaillées sur les éléments suivants :

- votre itinéraire, la date de votre vol et la référence de votre réservation ;
- vos besoins en matière d'oxygène (le cas échéant), y compris le débit en litres par minute et le type de débit (continu ou par impulsions) ;
- l'équipement médical que vous prendrez (p. ex. COP, machines à pression positive continue en ventilation spontanée [PPC-VS], équipement de mobilité) ;
- des informations sur les batteries de ces équipements ;
- qui voyagera avec vous (le cas échéant) de façon à ce que vous puissiez être assis(es) l'un(e) à côté de l'autre pendant le trajet.

Il incombe généralement aux passagers de signer et d'envoyer le formulaire. Veillez à toujours lire les instructions sur la manière de remplir le formulaire, à quel moment l'envoyer ainsi que le destinataire.

Prévoir une assistance spéciale

Vous devriez envisager de demander une assistance spéciale à l'aéroport de départ et à votre destination. Les aéroports pouvant être très vastes, vous devrez parcourir de longues distances à pied (p. ex. de l'entrée à la porte d'embarquement) ou rester debout pendant de longues périodes par manque de places assises.

Même si votre vol est à l'heure, l'embarquement pourrait prendre plus de temps que prévu. Avec une assistance spéciale, vous pourrez arriver à destination plus détendu(e).

Les compagnies aériennes peuvent organiser une assistance spéciale qui vous sera fournie par l'aéroport. Vous devrez prendre vos dispositions au moins 48 heures avant votre voyage. Les sites Web des aéroports proposent généralement un répertoire avec des liens vers les pages relatives à l'assistance spéciale des compagnies aériennes. Prenez également en compte les escales.

« Il peut être très difficile de s'orienter dans les aéroports. Une fois, j'étais dans un aéroport, avec une assistance spéciale, et les toilettes se trouvaient au bas d'un escalier sans ascenseur. Heureusement, j'avais mon COP mais il m'a fallu environ 10 minutes pour monter et descendre les escaliers. »



Prendre des dispositions pour le lieu de séjour

Si vous avez besoin d'oxygène pendant le reste de vos vacances, vous devriez prendre vos dispositions avant de partir en voyage. Votre professionnel de santé ou votre fournisseur d'oxygène pourront peut-être vous recommander un fournisseur dans votre pays de destination.

Si vous êtes détenteur d'une carte européenne d'assurance maladie (CEAM), vous pourrez peut-être organiser la fourniture d'oxygène par le biais de ce système qui offre un accès à des soins de santé publics médicalement nécessaires au cours d'un séjour temporaire dans l'un des pays de l'UE, ainsi qu'en Islande, au Liechtenstein, en Norvège et en Suisse, dans les mêmes conditions et aux mêmes tarifs (gratuitement dans certains pays) que ceux appliqués aux assurés de ce pays. Certains pays auront une liste de prestataires avec lesquels ils ont passé des accords dans le cadre de ce système ; cela peut donc valoir la peine de vous renseigner.

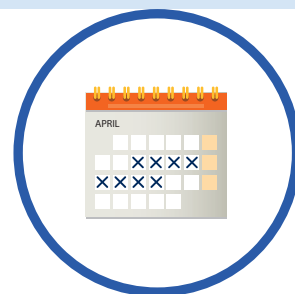
Assurez-vous que votre fournisseur d'oxygène est en mesure de répondre à vos besoins pendant vos vacances. Vous devriez également vérifier que votre logement peut prendre livraison de l'oxygène et s'il y a d'autres choses à prendre en compte ; il se peut, par exemple, que vous ayez besoin d'une chambre au rez-de-chaussée ou il pourrait être judicieux de vous renseigner sur les niveaux de pollution atmosphérique. Il est également utile de garder les coordonnées de votre fournisseur d'oxygène sur vous et de prendre connaissance de ses horaires d'ouverture en cas de problème.

Si vous en avez une, emportez votre CEAM et gardez-la sur vous à tout moment au cas où vous auriez subitement besoin d'un traitement médical.

Vous devriez également vérifier que votre assurance-voyage est suffisante pour vous couvrir pendant votre déplacement et veiller à l'informer de votre affection pulmonaire, faute de quoi, votre police pourrait ne pas être valable et vous pourriez avoir à payer une facture médicale élevée si vous tombez malade pendant vos vacances. Emmenez vos documents d'assurance et gardez-les en lieu sûr.

Résumé des points à retenir :

- Commencez à prendre vos dispositions dès que possible en prévoyant suffisamment de temps.
- Consultez votre médecin pour vérifier vos besoins en oxygène et savoir ce que vous pouvez faire pour vous préparer.
- Si votre médecin vous conseille de prendre l'avion avec un complément d'oxygène, vérifiez la politique de la compagnie aérienne en la matière.
- Prévoyez de l'oxygène pour votre vol, ainsi que sur votre lieu de séjour.
- Remplissez votre certificat médical (certificat d'aptitude à voyager en avion / MEDIF) avec votre professionnel de santé en indiquant votre affection, vos besoins en équipement médical et en oxygène et votre accompagnateur / compagnon de voyage, le cas échéant.



- Demandez une assistance spéciale à l'aéroport de départ et sur votre lieu de séjour.
- Localisez l'emplacement des guichets dédiés à l'assistance spéciale, des prises de courant, des toilettes et d'autres installations sur une carte de l'aéroport.
- Prenez dans votre bagage à main vos articles essentiels : médicaments, équipement médical (p. ex. COP ou PPC-VS), avec suffisamment de batteries et les documents à présenter au personnel de l'aéroport, votre CEAM et les renseignements de votre police d'assurance ainsi que des adaptateurs de prise (le cas échéant).
- Le jour du vol, prévoyez suffisamment de temps à l'aéroport. Buvez beaucoup d'eau et prévoyez éventuellement des bas de contention et un spray nasal.



Suggestions de lecture et liens utiles

- **Section du site Web de l'European Lung Foundation relative aux voyages en avion :**
www.europeanlung.org/airtravel

Consultez l'index des compagnies aériennes pour accéder aux politiques en matière d'oxygène thérapeutique, les informations sur le test d'aptitude à voyager en avion, sur les certificats médicaux et sur l'organisation d'une assistance spéciale et les conseils pratiques.

- **Site Web de l'Union européenne - droits des voyageurs à mobilité réduite :**
<https://europa.eu/youreurope/citizens/travel/transport-disability/reduced-mobility>
Obtenez des informations sur vos droits lorsque vous voyagez au sein de l'UE.

- **Carte européenne d'assurance maladie :**
<http://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=559>

Carte gratuite offrant un accès à des soins de santé publics médicalement nécessaires au cours d'un séjour temporaire dans l'un des pays de l'UE, ainsi qu'en Islande, au Liechtenstein, en Norvège et en Suisse, dans les mêmes conditions et aux mêmes tarifs (gratuitement dans certains pays) que ceux appliqués aux assurés de ce pays. Une application pour smartphone contenant des informations détaillées pour chaque pays couvert par ce système est également disponible.

Dites-nous comment votre voyage s'est passé - que votre expérience ait été bonne ou mauvaise, elle nous intéresse !

Ceci nous permet d'améliorer les conseils que nous donnons aux personnes se trouvant dans une situation similaire et de faire un compte rendu aux compagnies aériennes, aux aéroports et aux fournisseurs d'oxygène. Contactez-nous par e-mail à l'adresse suivante : info@europeanlung.org



ELF EUROPEAN
LUNG
FOUNDATION



ERS EUROPEAN
RESPIRATORY
SOCIETY

L'European Lung Foundation (ELF) a été fondée par l'European Respiratory Society (ERS) afin de créer une interface entre les patients, le grand public et les professionnels de santé spécialistes des maladies respiratoires et d'influencer de manière positive la médecine respiratoire. L'ELF s'engage pour la santé respiratoire à travers toute l'Europe et rassemble les meilleurs experts européens afin de fournir des informations aux patients et de sensibiliser le grand public aux maladies pulmonaires.

La présente brochure a été rédigée dans le cadre du projet relatif aux voyages en avion avec l'aide du Dr Karl Sylvester et de Matthew Rutter, Malcolm Weallans, Isabel Saraiva, Joy Wadsworth et Deborah Wellington.

Publié en juin 2018.