



Bulletin de la communauté Alpha-1 Canada

Juillet 2011

Ce qu'il y a de nouveau sur le site www.alpha1canada.ca

- Le gouvernement de l'Ontario retire le financement pour le traitement d'augmentation. Aidez-nous à renverser cette décision
- Lancement de nouveaux groupes de soutien à travers le Canada

Dans ce numéro :

Conférence nationale : Point de vue d'un soignant 2

Conférence nationale : Point de vue d'un patient 2-3

Alpha-1 Canada perd un membre du conseil et en gagne deux 3

Participation au groupe de soutien 4

Recherches Intéressantes 5-7

Une fidèle donatrice

par Vanessa McLaughlin

Alpha-1 Canada voudrait remercier publiquement Marjorie Turner pour son généreux et constant soutien. Pour lui témoigner sa reconnaissance, Alpha-1 Canada lui a remis récemment un certificat d'appréciation encadré.

Alpha-1 Canada est l'organisation caritative privilégiée de Marjorie depuis plusieurs années. Marjorie a commencé à verser des dons à Alpha-1 Canada lorsque sa fille a reçu un diagnostic de déficit en alpha-1-antitrypsine (AAT). Lorsqu'elle assiste à des funérailles, Marjorie verse un don à Alpha-1 Canada au lieu d'offrir des fleurs. En contribuant de cette façon unique, Marjorie sensibilise aussi les gens au trouble génétique rare dont sa fille est atteinte.

Marjorie souhaiterait pouvoir donner plus souvent; mais nous, chez Alpha-1 Canada, sommes très touchés par son profond engagement envers le travail de notre organisme à but non lucratif. Des dons

comme ceux versés par Marjorie apportent un soutien à la fois financier et moral; ils nous motivent et nous permettent de fournir un vaste éventail de services aux personnes touchées par le déficit en AAT, que ce soit les patients eux-mêmes, les soignants ou la communauté médicale.

Vos dons font vraiment une différence dans la vie des Alphas et soutiennent plusieurs programmes et services bilingues, y compris ce bulletin.

Le dévouement de Marjorie a déjà inspiré une amie à suivre ses pas; elle verse maintenant des dons à Alpha-1 Canada. Si vous désirez suivre l'exemple de Marjorie, nous serions heureux de vous fournir des brochures sur Alpha-1 Canada, d'envoyer une lettre à la famille du défunt pour l'informer du don que vous avez versé au nom de



l'être cher, et délivrer un reçu aux fins de l'impôt pour tout don supérieur à 10 \$.

Nous sommes aussi toujours à la recherche d'autres moyens uniques et innovateurs, comme celui de Marjorie, de recueillir des fonds. Si vous avez une idée ingénieuse ou avez entendu parler d'un concept de collecte de fonds innovateur dans votre collectivité, n'hésitez pas à nous en parler. Chaque petit effort vaut son pesant d'or.

Encore une fois, nous remercions de tout cœur Marjorie pour sa générosité et son soutien, et pour ce qu'elle inspire aux autres.

Conférence nationale : Point de vue d'un soignant

par Terry Vriezen, responsable d'un groupe de soutien

Je me sens très privilégiée d'avoir pu assister à la conférence nationale de l'Alpha-1 Association qui a eu lieu à St. Paul, au Minnesota. C'était la deuxième

conférence à laquelle j'assistais. Mon mari Theo a reçu un diagnostic de déficit en AAT il y a deux ans.

Les membres de l'Alpha-1 Association ont été vraiment chaleureux et accueillants. La conférence est toujours une source

d'inspiration, parce qu'elle permet non seulement d'acquérir des connaissances, mais aussi de rencontrer d'autres membres Alphas, leur famille et des spécialistes du domaine.

Une vague de soutien des *suite à la page 2*

Conférence nationale : Point de vue d'un soignant

suite de la page 1

différentes organisations en lien avec le déficit en AAT déferle sur les membres Alphas et leur famille. C'est incroyable de voir les heures innombrables, le dévouement et la passion offerts et témoignés aux Alphas. C'est aussi encourageant de savoir que nous ne sommes pas seuls et qu'un appel suffit pour obtenir de l'aide.

Les présentations et les ressources sont nombreuses, chacun y trouve son compte. La mise à jour sur l'état de la recherche est toujours instructive et nous aide à garder espoir pour l'avenir.

L'information présentée nous fait réfléchir à nos programmes individuels de



prise en charge des soins de santé, aux points positifs et à nos options futures.

Personnellement, j'ai trouvé que la séance « Demandez à l'expert », table ronde où se déroulait une discussion informelle avec chaque conférencier, était très enrichissante. La discussion a présenté une occasion pour obtenir des réponses à des questions préoccupantes.

La visite de donneurs de

plasma, qui a permis de réunir donateurs et receveurs, a été particulièrement touchante. Les séances sont enregistrées et mises en ligne sur le site d'Alpha-1 pour que tous puissent y avoir accès en tout temps, qu'ils y aient assistés ou non.

Merci à tous ceux qui rendent possibles cette conférence et les nombreux programmes de soutien qui font réellement une différence dans nos vies.

Note de la rédaction : Vous pouvez écouter la présentation de la conférence nationale de l'Alpha-1 Association en cliquant sur le lien suivant : <http://www.alpha1.org/education/11natconf.php> (en anglais).

Conférence nationale : Point de vue d'un patient

par Patricia Beek, responsable d'un groupe de soutien et member du conseil d'administration d'Alpha-1 Canada

J'ai eu l'occasion unique cette année d'assister à la conférence annuelle sur la sensibilisation de l'Alpha-1 Association à St. Paul, au Minnesota. Le résultat a été au-delà de mes attentes. L'Alpha-1 Association célèbre son 20e anniversaire et j'étais de la partie!

Je me suis fait de nombreux amis pendant cette conférence. Après tout, il y avait plus de 600 participants. Dès le début, j'ai senti que c'était beaucoup plus qu'une simple conférence professionnelle. C'était aussi une rencontre d'amis et de familles provenant des quatre coins des

États-Unis. Il y avait également des gens du Canada, de la Norvège, de l'Australie et d'autres pays. Tous poursuivaient le même objectif : se soutenir les uns les autres et en savoir plus sur la prise en charge de la maladie.



De nombreuses conférences éducatives étaient organisées sur différents sujets, et même une séance « Demandez à un médecin », où il était possible de poser des questions à différents spécialistes. J'en ai appris davantage sur le

déficit en AAT en trois jours que ce que j'ai appris depuis le jour où j'ai su que j'en étais atteint .

J'ai eu la possibilité de constater sur place l'importance de l'éducation et du soutien. J'ai parlé à de nombreux responsables et membres de groupes de soutien et vraiment saisi ce que leurs groupes représentaient pour eux. L'Alpha-1 Association n'est pas là uniquement quand ils sont malades ou ont des questions, elle les accompagne pendant les bons et les mauvais moments. Les groupes de soutien sont comme une famille. Ils se réunissent au moins une fois par mois et discutent de la prise en charge de la maladie, de l'alimentation *suite à la page 3*

Le conseil du mois

Relaxant naturel?

Les étirements.

Ils aident à soulager les tensions musculaires associées au stress.

Vous croyez qu'être souple se limite à être capable de faire le grand écart? C'est bien plus que cela. La souplesse procure une foule de bienfaits sur le plan fonctionnel en facilitant vos mouvements quotidiens (comme tendre la main pour prendre un objet ou se pencher) et vous aide à bien vieillir.

Pour en savoir plus et obtenir un programme d'étirement simple mais efficace, cliquez sur ce lien : <http://morethanmedication.ca/fr/article/index/stretch>.

Conférence nationale : Point de vue d'un patient

suite de la page 2

et d'exercices, mais ils se rencontrent aussi simplement pour parler de leur quotidien, de leurs espoirs, de leurs peurs et de leurs réussites, pour échanger des recettes, des blagues et des rires. Pour eux, cette conférence est l'occasion de réunir sous un même toit tous les groupes de soutien afin que les membres puissent se rencontrer.

À titre de membre du conseil d'administration d'Alpha-1 Canada, voilà ma

vision de notre association. Je veux que chacun d'entre vous sache que nous sommes là non seulement quand vous êtes malades ou avez des questions, mais aussi pour partager vos joies et vos réussites, jour après jour.

Nous sommes en train de mettre en place nos groupes de soutien virtuel et j'invite chacun d'entre vous à en faire partie. Rappelez-vous que nous formons une famille, et une famille qui évolue et grandit ensemble reste unie. Je

crois sincèrement que c'est la raison pour laquelle nous sommes parvenus à célébrer le 20^e anniversaire de la conférence sur la sensibilisation aux États-Unis cette année. Je crois que nous aussi, chez Alpha-1 Canada, nous y arriverons.



Alpha-1 Canada perd un membre du conseil et en gagne deux

par Vanessa McLaughlin

Nous avons le regret d'annoncer que Ben Faienza a quitté le conseil d'administration d'Alpha-1 Canada. Mimi McPhedran, présidente d'Alpha-1 Canada, a été la première à vanter ses mérites : « Il a apporté énormément au conseil et il nous manquera beaucoup. Ses relations, son professionnalisme, son engagement, son empressément à toujours aider les autres et à fournir des conseils judicieux ont vraiment fait progresser notre organisation. »

Monsieur Faienza remercie pour sa part les membres du conseil « de lui avoir donné l'occasion de travailler avec un groupe aussi talentueux et dévoué pendant les trois dernières années et demie. Je crois sincèrement que le travail que nous avons accompli a aidé les membres de la communauté Alpha-1, même s'il reste encore fort

à faire. »

Remplacer Ben ne sera pas facile. Mais nous sommes ravis d'annoncer l'arrivée de Beth Haliburton, B.Sc., B. Sc. A., R.D. au sein du conseil d'administration. Diététiste, Beth travaille actuellement pour la Division de gastroentérologie, hépatologie et nutrition de l'hôpital SickKids de Toronto. Elle est une membre active de l'Ordre des diététistes de l'Ontario et de l'association professionnelle Les diététistes du Canada.

Le conseil accueillera bientôt aussi David McKinney, membre Alpha et propriétaire d'une petite entreprise. Grand Frère pendant 20 ans, il a été jumelé à quatre petits garçons, et nommé Grand Frère de l'année à Scarborough. Membre du Bureau des conférenciers de Centraide du Grand Toronto, David fait chaque année des présentations à de grandes entreprises pour appuyer la

campagne annuelle de l'organisation. David s'exprime aussi bien en anglais qu'en français.

Joignez-vous à nous pour souhaiter la bienvenue à Beth et à David.

Nous désirons également adresser des remerciements particuliers à tous les membres du conseil d'administration, anciens et actuels, pour leur dévouement, leur engagement et leur temps, et pour les innombrables heures de bénévolat qu'ils consacrent à l'association pendant leur mandat de trois ans et plus. Les membres du conseil d'administration forment votre équipe, et ils œuvrent non seulement pour faire évoluer l'organisation, mais surtout pour VOUS, pour « faire une différence dans la vie des Alphas ».

Joignez-vous au conseil d'administration d'Alpha-1 Canada

Si vous croyez qu'un poste au sein du conseil d'administration d'Alpha-1 Canada pourrait vous intéresser, communiquez avec Jim Mundy pour obtenir plus de renseignements, au 1-888-669-4583 ou à jim.mundy@alpha1canada.ca

Le conseil se réunit habituellement le premier lundi de chaque mois par conférence téléphonique.

Participation au groupe de soutien

Alpha-1 Canada se réjouit du lancement prochain de ses groupes de soutien en ligne, au début du mois de septembre. La formation du premier groupe de responsables est maintenant terminée et ils ont hâte de se mettre à l'œuvre. « C'est une question de s'investir personnellement et de créer un sentiment d'appartenance à un groupe. Imaginez les possibilités! Ensemble, nous pouvons faire une différence dans nos vies et dans celle des autres », expliquait avec entrain un responsable de groupe.



Ceci étant dit, il est encore temps de participer!

Nous sommes toujours à la recherche de personnes qui souhaiteraient devenir responsables ou membres des groupes de soutien dédiés aux Alphas ainsi qu'aux soignants et aux parents d'enfants atteints d'un déficit en AAT. Notre objectif à long terme est de former au moins un groupe dans chaque province. Mais pour y arriver, votre partici-

ipation est essentielle.

Nos groupes de soutien seront constitués de personnes qui ont des expériences et des intérêts communs, des gens comme vous. Les personnes qui ont vécu ou qui vivent une situation similaire peuvent s'offrir bien plus que de la sympathie; elles comprennent ce que les autres membres du groupe traversent et peuvent faire en sorte de briser leur solitude.

C'est particulièrement vrai dans le cas des maladies rares telles que le déficit en AAT. La somme des connaissances des membres dépasse largement celle de chaque personne. Le responsable et les membres d'un groupe de soutien peuvent notamment échanger des renseignements sur la pharmacothérapie, l'alimentation, les fournisseurs de soins qualifiés, les travaux de recherche prometteurs, les liens vers des chercheurs, l'aide financière, les déplacements avec oxygène ainsi que le remboursement des traitements et des médicaments.

En fait, la recherche indique que la participation à des groupes de soutien peut être bénéfique pour la santé. Les patients qui sont membres d'un groupe de soutien (et qui respectent leur traitement médical)

souffrent moins d'anxiété et de dépression et vivent plus longtemps que ceux



qui ne font pas partie d'un tel groupe. Il semble que le fait de pouvoir compter sur le soutien d'autres membres du groupe stimule le système immunitaire en réduisant l'anxiété et le stress psychologique.

Nos nouveaux groupes de soutien en ligne feront appel au pouvoir d'Internet, soit celui d'éliminer les distances et de réunir les personnes atteintes d'un déficit en AAT. Tous les membres pourront ainsi sentir que les autres membres du groupe sont à leurs côtés.

Veillez saisir cette occasion de rendre service aux autres, ainsi qu'à vous-même, et de contribuer à améliorer la vie d'autres personnes atteintes d'un déficit en AAT.

Communiquez avec nous dès maintenant si vous souhaitez devenir responsable ou membre de l'un de ces groupes en ligne, ou encore si vous avez des questions (jim.mundy@alpha1canada.ca ou 1-888-669-4583)!

Journées éducatives

Aux États-Unis, l'Alpha-1 Association organise tout au long de l'année des miniconférences appelées journées éducatives. Le 6 août 2011, une telle journée aura lieu à Portland, en Oregon. Les patients de l'Ouest canadien qui résident près de la frontière pourront ainsi y participer.

Les journées de formation de cette association représentent une occasion unique de rencontrer d'autres Alphas et d'accéder à des programmes éducatifs, à du matériel informatif et à des articles.

Pour vous inscrire à la journée éducative de Portland, veuillez cliquer [ici](#). Pour vous inscrire par téléphone, veuillez appeler l'Alpha-1 Association au 1-800-521-3025. Date limite pour s'inscrire : 1er août 2011.

**Soutien en ligne
pour patients
et soignants**



Dons

Faite Alpha-1 Canada votre choix d'organisme de bienfaisance!

De plus, demandez à vos amis et famille à faire de même.

Vos dons tout au long de l'année sont utilisés pour soutenir un certain nombre de programmes et services pour les Canadiens souffrant d'Alpha-1 antitrypsine ainsi que leurs aidants, tels que notre groupe de soutien aux patients par téléphone, le bulletin d'information et le site web bilingue, et beaucoup plus.

Si vous envisagez de faire un don, nous acceptons volontiers un chèque ou mandat libellé à «Alpha-1 Canada» ou par carte de crédit en toute sécurité via CanadaHelps.org.

MERCI!

Prévalence des mutations du gène codant pour l'alpha-1-antitrypsine en Arabie saoudite

par **Jim Mundy**

Nous en sommes tous venus à croire que le déficit en alpha-1 antitrypsine (AAT) est une maladie qui touche les descendants scandinaves et européens, c'est-à-dire qu'elle est originaire des pays scandinaves, qu'elle a été transmise aux peuples de l'Europe occidentale et que ces derniers l'ont fait passer de l'autre côté de l'Atlantique en immigrant vers le Nouveau Monde.

Certaines études ont permis d'identifier des allèles (gènes) défectueux rares au sein de groupes ethniques tels que les Noirs et les Asiatiques. Toutefois, il était généralement admis que les allèles défectueux courants S et Z étaient limités aux descendants scandinaves et européens occidentaux. Mais ce ne serait pas le cas, selon une étude

publiée ce mois-ci dans la revue Saudi Journal of Gastroenterology.

Les auteurs, Ali Aljarallah, M. Dowaidar et A. Settin, du Département de médecine, Division de gastroentérologie de l'Université Qassim en Arabie saoudite, ont fait une découverte très intéressante.

Dans le cadre de cette étude, 158 personnes en santé et non apparentées de la province de Qassim, en Arabie Saoudite, ont été soumises à un dépistage. On a établi leur génotype, à la recherche des deux allèles défectueux S et Z présents chez les personnes atteintes d'un déficit en AAT. Sur les 158 sujets, 11,39 % étaient porteurs de la mutation S (c'est-à-dire qu'ils présentaient le génotype MS) alors que 2,53 % étaient porteurs de la mu-

tation Z (et présentaient donc le génotype MZ). Le génotype SZ était présent chez 3,8 % des sujets, alors que le génotype homozygote SS était présent chez 1,9 % des sujets. Aucun sujet ne présentait le génotype mutant ZZ. En conséquence, la fréquence des allèles S et Z mutants du gène codant pour l'AAT était de 9,49 % et de 3,19 %, respectivement.

Les auteurs ont conclu qu'il y avait une forte prévalence d'allèles défectueux du déficit en AAT dans la population saoudienne. Ils ont également laissé entendre que cette probabilité justifiait l'adoption d'un programme de dépistage chez les personnes à risque élevé pour qu'elles puissent apporter les modifications nécessaires à leur mode de vie afin de réduire le risque que la maladie se développe.

L'utilisation à long terme de la vitamine E peut-elle réduire le risque de MPOC?

par **Vanessa McLaughlin**

D'après une étude menée par des chercheurs de la Cornell University et du Brigham and Women's Hospital, l'utilisation régulière et à long terme de vitamine E chez les femmes de 45 ans ou plus pourrait aider à réduire le risque de maladie pulmon-

aire obstructive chronique (MPOC) d'environ 10 %, tant chez les fumeuses que les non-fumeuses.

« À mesure que la maladie pulmonaire s'installe, des tissus délicats sont endommagés par différents processus présumés, incluant l'inflammation et l'effet des radicaux libres, et la vitamine E pourrait prévenir ces lésions pulmonaires », explique Anne Agler, l'auteure de l'étude.

« Les résultats de notre étude laissent croire que l'augmentation de vitamine E prévient la MPOC, poursuit la chercheuse. Des

travaux de recherche antérieurs ont montré qu'un apport plus élevé en vitamine E était associé à une réduction du risque de MPOC, mais les études n'étaient pas conçues pour déterminer si l'augmentation de l'apport de vitamine E prévenait la MPOC. Une étude contrôlée à répartition aléatoire de grande envergure a été menée pour répondre à cette question et a permis de recueillir des preuves plus convaincantes que celles tirées des études antérieures. »

suite à la page 6



L'utilisation à long terme de la vitamine E peut-elle réduire le risque de MPOC?

suite de la page 6

Agler et ses collègues ont compilé les résultats d'une étude pluriannuelle menée à long terme qui a pris fin en 2004, la Women's Health Study, et dans le cadre de laquelle des données sur 38 597 femmes de 45 ans ou plus ont été recueillies. La Women's Health Study portait principalement sur l'effet de l'aspirine et de la vitamine E dans la prévention de la maladie cardiovasculaire et du cancer chez les femmes ayant participé à l'étude, qui avaient été réparties de façon aléatoire pour recevoir 600 mg de vitamine E ou un placebo, tous les deux jours, pendant la durée de l'étude.

Même si la MPOC s'est manifestée chez un nombre moins élevé de femmes qui prenaient la vitamine E,

Agler a remarqué que les suppléments semblaient n'avoir aucun effet sur l'asthme, et que le taux d'asthme était sensiblement le même chez les femmes qui prenaient des suppléments de vitamine E et celles qui prenaient un placebo sous forme de comprimé. Mais, plus important encore, Agler a noté que la baisse du risque de MPOC chez les femmes auxquelles on administrait la vitamine E était la même chez les fumeuses que chez les non-fumeuses.

Agler a ajouté qu'une autre recherche sera menée afin de comprendre l'effet de la vitamine E sur les tissus pulmonaires et l'évolution de la fonction pulmonaire au fil du temps, et évaluera l'effet de l'administration de suppléments de vita-

mine E sur les maladies pulmonaires chez les hommes.

« Si les résultats de cette étude sont appuyés par d'autres études, les suppléments de vitamine E pourraient contribuer aux efforts de prévention de la MPOC, fait remarquer Agler. Cependant, étant donné que les suppléments de vitamine E sont parfois associés à des effets nuisibles chez certaines personnes, notamment à un risque accru d'insuffisance cardiaque congestive chez les patients atteints de maladie cardiovasculaire, il faudra sopeser les bienfaits par rapport aux risques dans des recommandations plus générales. »

L'étude a été publiée dans le numéro d'avril de la revue Thorax (vol. 66 : 4).

Découverte de cellules souches pulmonaires humaines

par Jim Mundy

Des chercheurs du Brigham and Women's Hospital (BWH), hôpital universitaire de la Harvard Medical School, dans la région de Boston, ont découvert des cellules souches pulmonaires humaines capables de se régénérer et de former diverses structures biologiques du poumon, dont les bronchioles, les alvéoles et les vaisseaux pulmonaires, ou de s'y intégrer. Les résultats de la recherche ont été publiés dans le numéro de mai 2011 de la revue New England Journal of Medicine.

« Cette recherche décrit, pour la première fois, une

véritable cellule souche du poumon humain. La découverte de cette cellule souche pourrait offrir à ceux qui souffrent d'une maladie pulmonaire chronique une option thérapeutique totalement nouvelle en régénérant ou en réparant les parties endommagées du poumon », commente le Dr Piero Anversa, directeur du Center



for Regenerative Medicine du BWH, et l'un des auteurs de l'étude.

À partir d'échantillons de tissus pulmonaires prélevés lors d'interventions chirurgicales, les chercheurs ont identifié et isolé des cellules souches du poumon humain et en ont testé les fonctions in vitro (hors de l'organisme, dans un milieu artificiel) et in vivo (dans l'organisme). Après avoir isolé les cellules souches, les chercheurs ont démontré in vitro qu'elles pouvaient se diviser en cellules souches identiques, mais aussi se différencier en cellules formant les

suite à la page 7

Arctic Quest 2011

Le 11 août 2011, une douzaine de Canadiens atteints de troubles rares entreprendront une quête extraordinaire.

Leur destination : le cercle polaire arctique.

Leur objectif : montrer que les personnes atteintes de troubles rares peuvent soulever les montagnes... moyennant le bon traitement et le soutien adéquat.

Pour savoir comment leur apporter votre soutien, cliquez sur ce lien : <http://www.raredisorders.ca/Arctic-Quest2011.html>

Découverte de cellules souches pulmonaires humaines

suite de la page 6

bronchioles, les alvéoles et les vaisseaux pulmonaires. Les chercheurs ont ensuite injecté les cellules souches à des souris dont les poumons étaient endommagés. Les cellules souches injectées se sont différenciées en de nouvelles cellules pour constituer les bronchioles, les alvéoles et les vaisseaux pulmonaires d'un nouveau tissu pulmonaire, mais elles se sont également intégrées structurellement aux tissus existants du poumon lésé de la souris.

Selon le Dr Joseph Loscalzo, chef du Département de médecine du BWH et coauteur de l'étude, « ce sont les premières étapes essentielles à la mise au point de traitements cliniques pour les patients atteints de maladies pulmonaires n'ayant aucun traitement connu. D'autres recherches doivent être menées, mais nous sommes optimistes quant aux retombées potentielles de cette découverte sur notre capacité à régénérer ou à recréer de nouveaux tissus pulmonaires en vue

de remplacer les tissus endommagés. »

Si les résultats de cette recherche menaient ultimement à une option thérapeutique clinique, il est important de savoir que toute nouvelle cellule régénérée dans les bronchioles, les alvéoles ou les vaisseaux pulmonaires chez une personne atteinte d'un déficit en AAT ne serait toujours pas protégée par l'action de l'alpha-1-antitrypsine.

Attention, rire dangereux!

par Jim Mundy

Dans le numéro de ce mois-ci du périodique Heart and Lung: The Journal of Acute and Critical Care, les auteurs K.R. Lebowitz, S. Suh, P.T. Diaz et C.F. Emery ont publié les résultats de leur recherche sur l'effet de l'humour et du rire sur les fonctions psychologiques, la qualité de vie, l'état de santé et les fonctions pulmonaires chez les patients atteints de maladie pulmonaire obstructive chronique (MPOC). Et ces résultats n'ont rien de drôle.



Des travaux de recherche antérieure ont montré les bienfaits de l'humour chez des adultes en santé, mais on n'en sait très peu sur

l'effet physiologique et psychologique du sens de l'humour et du rire chez les patients atteints de MPOC. Les auteurs ont donc décidé de le découvrir.

En tout, 46 patients atteints de MPOC ont rempli des questionnaires sur le sens de l'humour, la dépression, l'anxiété, la qualité de vie et leurs maladies récentes. Un sous-groupe de 22 patients a participé à une étude sur le déclenchement du rire et a été réparti de façon aléatoire pour regarder soit une vidéo humoristique soit une vidéo sur un sujet neutre. La fonction pulmonaire, l'humeur et la dyspnée (essoufflement) ont été évaluées avant et après le visionnement.

Les chercheurs ont constaté que le sens de l'humour était associé à un nombre moins élevé de symptômes de dépression et d'anxiété et à une meilleure qualité de vie. Toutefois – et c'est là qu'il n'y a pas de quoi

rire –, faire rire les gens entraîne une hyperinflation pulmonaire.

L'hyperinflation des poumons peut avoir des effets nuisibles importants sur la respiration.

Alors que faut-il conclure de cette étude? Selon les auteurs, « le sens de l'humour chez les patients atteints de MPOC est associé à des fonctions psychologiques positives et à une meilleure qualité de vie, mais rire aux éclats peut entraîner une détérioration aiguë de la fonction pulmonaire consécutive à une aggravation de l'hyperinflation. »

Espérons qu'on répétera cette étude de petite envergure et qu'on prouvera que les résultats étaient loin de la vérité. Autrement, évitez les contacts avec amis et parents drôles, ainsi que les comédies à la télé... À tout le moins, essayez de ne pas vous moquer d'eux tout haut!

Recherches intéressantes

Veillez communiquer avec nous si vous connaissez des recherches, articles ou autres publications qui pourraient intéresser nos lecteurs.

Alpha-1 Antitrypsin Deficiency Canada

1638 Northway Avenue,
Windsor, Ontario N9B 3L9

Phone/Tél. : 519-258-1444
Fax/Télec. : 519-258-1614
Toll Free/Sans frais : 1-888-
669-4583
E-mail/Courriel :
info@alpha1canada.ca



www.alpha1canada.ca

Nous ajoutons constamment sur notre site Web des renseignements utiles à l'intention des Alphas et de ceux qui les soignent, ainsi que les dernières nouvelles sur des travaux de recherche prometteurs. Visitez régulièrement notre site Web pour être au courant de toutes les mises à jour intéressantes, et n'oubliez pas de lire notre bulletin mensuel dans son intégralité.

Aidez-nous à mieux faire connaître le défi cit en AAT en transférant nos bulletins à vos parents et amis.

Si vous souhaitez recevoir ce bulletin par courriel, veuillez communiquer avec nous au 1-888-669-4583 ou écrivez à vanessa.mclaughlin@alpha1canada.ca

Ce bulletin a été conçu pour appuyer, et non remplacer, votre relation avec votre médecin. Il n'a pas pour but de fournir des conseils médicaux précis aux membres de la communauté Alpha-1 Canada, mais vise plutôt à leur présenter de l'information qui les aidera à mieux comprendre leur état de santé et leur maladie. Alpha-1 Canada n'offre pas de conseils médicaux précis et vous recommande vivement de consulter un médecin qualifié pour obtenir un diagnostic ou pour toute question relative à votre situation personnelle.

Alpha-1 Canada
Alpha-1 Canada – Pour améliorer la vie des Alphas