

## CONTRAINTES ET MALADIES FACE AU STRESS

**Mots clés :** Dépistage, Comorbidités, Hypoxie-hypobarie, Sur-régime, Comorbidité, Stresseur

Toutes les contraintes aéronautiques ne vont pas avoir la même force nuisible sur un organisme humain. Certains des facteurs cités sont parfaitement maîtrisés grâce à l'application de technologies avancées (filtres à particules, ventilation, pressurisation de la cabine...)

Il n'en reste pas moins vrai que les deux principales et plus importantes contraintes aéronautiques à savoir l'hypoxie et l'hypobarie n'en restent pas moins insuffisamment maîtrisés en dépit des technologies citées compte tenu des conditions de vol.

L'avion pour aller vite et loin doit voler haut et même très haut. L'altitude cabine (à ne pas confondre avec l'altitude de l'avion) si elle ne doit pas dépasser le maximum autorisé à savoir 2438 mètres d'altitude reste néanmoins au dessus des 1800 mètres avec une valeur moyenne à 2200 mètres en condition de vol normal et de 2700 m environ en condition de vol dégradé. Voler à une altitude cabine inférieure à 1800 m augmente fortement la consommation de carburant et diminue son rayon d'action. Une possibilité peu envisageable pour les compagnies aériennes !

L'altitude cabine et son corollaire à savoir l'exposition à une ambiance hypoxique hypobare reste un problème pour les physiologistes aéronautiques que l'avion soit en condition de vol normal ou dégradé. Pour les passagers souffreteux aussi ! En effet, l'hypoxie hypobare a un réel impact sur notre organisme. Elle l'oblige à se surpasser en lui demandant d'adopter en quelque sorte un sur-régime, peu perceptible et sans danger pour une personne en bonne santé mais non pour un passager souffrant de comorbidités ou maladies chroniques méconnues, insuffisamment traitées ou au traitement récemment modifié. En particulier lorsqu'elles concernent les appareils cardio-respiratoires et ceci alors même que les conditions de vol sont normales.

C'est pourquoi, il semble important de considérer comme nouveau stresseur l'existence d'une ou plusieurs comorbidités. Cette approche, nouvelle, ne doit pas reléguer au second plan les autres stresseurs bien connus cités au chapitre « Stress normal ». Ne serait-ce parce que tous les stresseurs en s'associant aux effets délétères des contraintes aéronautiques sur un organisme, qui plus est malade, ne peuvent qu'aggraver les symptômes ressentis.

Une accumulation susceptible d'aggraver à son tour le stress aéronautique ou de le faire émerger si le terrain ou le profil psychologique du passager s'y prête.

Il est donc impératif d'apprécier son état de santé avant un vol. Tout du moins pour le vol à venir. Un complément indispensable pour vaincre son stress et sa peur de l'avion. Inutile de préciser qu'il en sera de même sinon plus pour les candidats au tourisme spatial.

voyage-aptitude-senior.fr©création décembre 2007  
Mise à jour 2022 © Dr Ghislain Haicault de La Regontais

