



MYTHE OU RÉALITÉ ?

Mots clés : Mal Aigu, MAM, Pathologie d'altitude, Hypoxie, Hypobare

Les conditions de vol des avions commerciaux sont-elles susceptibles de déclencher une pathologie d'altitude comme le mal aigu des montagnes (MAM) chez les séniors et les plus jeunes ?

Ce qu'il faut observer :

La pathologie d'altitude nécessite un temps d'exposition suffisamment long à l'hypoxie hypobare ambiante pour s'exprimer : 3 à 8 heures en moyenne après l'arrivée en altitude. Elle atteint un maximum entre 12 à 36 heures avec une majoration la nuit et le matin pour le MAM. Or de nombreux vols intercontinentaux d'une durée de 12 heures en moyenne se déroulent la nuit pour un atterrissage au petit matin.

En ce qui concerne les autres formes cliniques ou complications du MAM, les signes apparaissent au cours des premiers jours d'exposition à l'altitude (63% dans les 3 premiers jours suivant l'arrivée en altitude pour l'oedème pulmonaire de haute altitude ou OPHA, 5 jours en moyenne pour l'oedème cérébral de haute altitude ou OCHA (1 à 13 jours). Ce délai peut être extrêmement raccourci en cas de pathologie cardiaque, pulmonaire ou cérébrale préexistante. D'où l'intérêt de les dépister à temps avant de partir en voyage ou d'aller vivre un séjour en montagne. Parlez-en à votre médecin.

L'hypoxie hypobare est l'agent causal du MAM. Ce fait est maintenant admis sans discussion possible. Le MAM est aussi une pathologie fréquente puisqu'il survient chez 25 % des adultes qui font une ascension à 2000 m à partir du niveau de la mer.

Les symptômes du MAM demandent environ 4 jours une fois arrivé à l'altitude maximale pour disparaître. Mais l'acclimatation à une altitude donnée n'est complète qu'à partir du dixième jour. (À ne pas confondre)

On décrit trois niveaux d'altitude :

- la haute altitude de 1500 à 3500 m,
- la très haute altitude de 3500 à 5000 m
- l'altitude extrême au-delà de 5000 m.

En l'absence de tout symptôme à l'altitude de départ, il est possible de monter brutalement à une haute voire très haute altitude (mais toujours inférieure à 4000 m) à la condition de redescendre dans les 2 heures à l'altitude de départ. C'est le cas lors d'une ascension en téléphérique sur tel ou tel pic montagneux à partir d'un point de base. Mais une telle tolérance, discutable chez le sénior polypathologique, ne joue plus pour les altitudes extrêmes. C'est une des raisons qui donnent aux vols court-courriers qui ne dépassent pas les 2 h30 en moyenne entre le décollage et l'atterrissage une impression de très bonne tolérance. Pour autant, il n'est pas exclu de constater la survenue d'une pathologie d'altitude lors d'un vol court-courrier. Le personnel de bord qui est soumis à plusieurs vols court-courriers dans la même journée en éprouve les effets. Pour les atténuer, il demande alors à leur commandant de bord de bien vouloir diminuer l'altitude cabine, limitant ainsi les conséquences de l'hypoxie hypobare sur leur état de santé.

Quelle que soit la forme clinique rencontrée, la pathologie d'altitude survient à partir d'une altitude de 1800 m chez un sujet non acclimaté. Son incidence dépend de l'altitude atteinte, de la vitesse ascensionnelle et de l'intensité de l'exercice physique. Des symptômes évocateurs du MAM peuvent néanmoins apparaître en l'absence de toute activité physique comme le montre certaines études réalisées sur une population de sujets âgés transportés par bus ou en voiture à une altitude de 2100 à 2500 m. Or l'altitude cabine d'un avion de ligne en vol de croisière se situe entre 1800 m et 2438 m voire 2700 m en conditions de vol dégradées. Autrement dit, si l'incidence du MAM augmente en fonction des trois paramètres cités plus haut, il n'est pas besoin nécessairement de devoir monter à pied en altitude avec un sac sur le dos pour présenter des signes évocateurs d'un MAM. L'avion lors d'un vol long-courrier remplit toutes les conditions pour qu'un MAM puisse se révéler chez un passager aérien. C'est ce que pourrait suggérer l'observation faite sur un groupe de séniors lors de leur voyage aérien les amenant à Nairobi depuis Amsterdam via Rome.