

RECOMENDACIONES PARA UN PACIENTE CON EPOC

¿QUÉ ES? Las siglas **EPOC** corresponden a Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica. La EPOC es una enfermedad que se caracteriza por una dificultad del paso de aire por los bronquios, que provoca habitualmente los siguientes síntomas: **DISNEA** (ahogo), "sensación de falta de aire", la puede tener desde hace tiempo y en algunas ocasiones puede aumentar (al realizar un esfuerzo, durante un resfriado o una infección respiratoria, etc.), **TOS** y **EXPECTORACIÓN**. En ocasiones, también se denomina a esta enfermedad como **BRONQUITIS CRÓNICA O ENFISEMA PULMONAR**

OBJETIVO: que el paciente conozca los cuidados a seguir en su domicilio y los riesgos o complicaciones de su enfermedad.

CUIDADOS GENERALES

- Suprimir absolutamente el tabaco, si no lo ha hecho ya.



- No abandonar el tratamiento. Seguir el tratamiento según la dosis y el horario indicado y prescrito por su médico.
- Llevar el inhalador de rescate siempre a mano.
- Usar el oxígeno las horas indicadas por su médico.
- Realizar los ejercicios recomendados diariamente.
- Pasear a diario en la calle.
- Llevar una vida saludable: dieta adecuada, beber abundantes líquidos y realizar ejercicio físico moderado
- Prevenir en lo posible resfriarse: evitar cambios bruscos de temperatura, los ambientes cerrados o con polución.

- **Si precisa Oxígeno domiciliario**

RECUERDE

- No debe colocar el aparato del oxígeno cerca de las fuentes de calor (cocina, horno, radiadores, aparatos eléctricos...)
- No manipule el aparato.
- Mantenga el aparato y sus accesorios (mascarilla, gafas, tubo) en buenas condiciones de integridad y limpieza. Los accesorios se pueden lavar con agua y jabón. El tubo se seca colgado para que escurra. Se deben cambiar cuando es necesario.
- Mantenga los orificios nasales limpios y evite erosiones nasales.
- Nadie pueden fumar cerca del oxígeno, ni de usted.
- No se acerque nunca a una llama por peligro de explosión.



OBSERVE

Si tiene:

- Aumento de la disnea mayor de lo habitual y que no cede con las medidas antes recomendadas.
- Aumento de secreciones, cambio de color y/o consistencia con imposibilidad de expectorarlas.
- Aparición de fiebre medida con termómetro.
- Edema (hinchazón de pies.)
- Dolor costal y/o torácico.
- Somnolencia, más sueño del habitual durante el día, o problemas para conciliar el sueño por la noche.
- Cefalea, dolor de cabeza.
- Alteración del estado de consciencia: irritabilidad, confusión mental...

DEBE PONERSE EN CONTACTO CON SU MÉDICO O ACUDIR A URGENCIAS