

## Cuidados para los pacientes con:

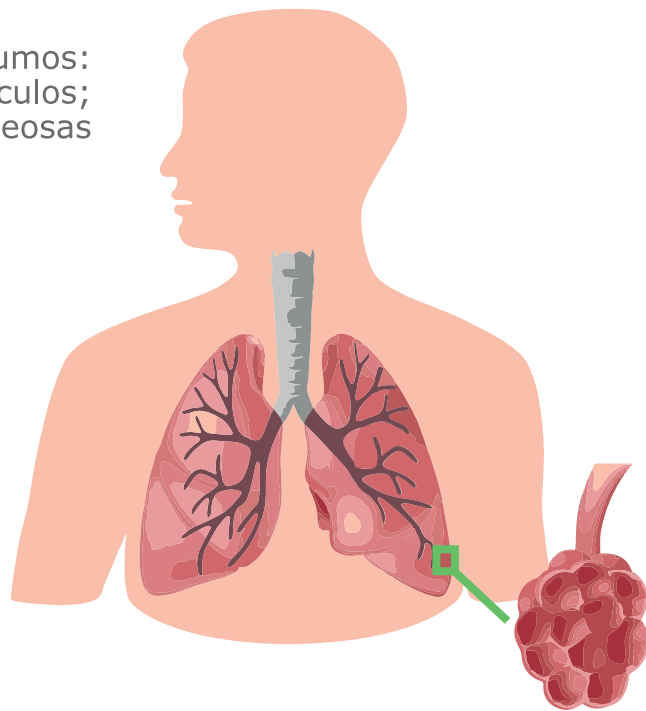
### ENFERMEDAD PULMONAR OBSTRUCTIVA CRÓNICA (EPOC)

Es una enfermedad pulmonar caracterizada por una reducción persistente del flujo de aire que dificulta la expulsión de aire de los pulmones. Esta dificultad para vaciar los pulmones (obstrucción del flujo de aire) puede causar falta de aire o sensación de cansancio debido al esfuerzo que realiza para respirar.

Las siguientes son las recomendaciones generales para el cuidado del paciente en la casa. Si después de leerlas o aplicarlas, presenta alguna inquietud, puede comunicarse al correo: [educacionparalasalud.cub@upb.edu.co](mailto:educacionparalasalud.cub@upb.edu.co). Para conocer más sobre este y otros temas ingrese a [www.clinicabolivariana.tv](http://www.clinicabolivariana.tv).

### Recomendaciones:

- Suspenda el cigarrillo, el principal factor de riesgo.
- Evite la exposición a toda clase de humos: cigarrillo, leña y humo de vehículos; igualmente el uso de sustancias gaseosas irritantes como desodorantes, ambientadores, entre otros.
- Establezca rutinas de descanso y sueño adecuado.
- Manténgase alejado de los fumadores cuando esté fuera y no permita que se fume en su casa.
- Evite cambios bruscos de temperatura y humedad.
- Evite la ingesta de alcohol y sedantes, ya que empeoran la función respiratoria y puede favorecer las infecciones.
- Realice ejercicio físico suave con regularidad, y en función de cada persona, se recomienda caminar a un ritmo que pueda tolerar.



- Mantenga un peso saludable, evite las comidas pesadas y la ingesta excesiva de carbohidratos.
- Se recomienda beber abundantes líquidos para mantener fluidas las secreciones.
- Utilice el oxígeno en la forma indicada, en caso de estar formulado.
- Luego de realizar inhalaciones enjuague la boca con abundante agua.
- Aplíquese todas las vacunas que su médico le recomiende.
- Use únicamente los medicamentos ordenados por el médico y de la manera indicada.
- Mantenga siempre disponibles los medicamentos que debe utilizar.
- Asista cumplidamente a la cita de revisión.

## Consulte inmediatamente a su médico o acuda al Centro de Salud más cercano si presenta:

- Incremento de la asfixia (superior a lo habitual) o limitación a las actividades de la vida diaria, autoescucha de "silbidos" (sibilancias).
- Aumento de la secreción (flemas), cambio de color o consistencia (más espesas) o si aparecen con sangre.
- Aparición de dolor (sobre todo si es costal).
- Temperatura mayor de 38.3°C.
- Cambios en la coloración de la piel, especialmente labios y manos (moradas).



### Recuerde:

Para el éxito de su tratamiento es muy importante que usted tome todos los medicamentos ordenados, asista a las citas de control y cumpla estrictamente con estas recomendaciones.