

Hablando sobre EPOC (COPD, en inglés)



Es importante desempeñar un papel activo en su salud.

Hablar con su profesional de cuidado de la salud es un paso inicial estupendo para aprender sobre la EPOC y comenzar a hacerle frente.*

Antes de su visita al doctor

Esté preparado para su visita. Estas son algunas sugerencias que pueden ayudarle a aprovecharla al máximo:

- Haga una lista de todos los síntomas que tiene y de cualquier cambio en su estado de salud general
- Apunte los detalles personales importantes. ¿Ha habido cambios importantes en su vida desde su última visita?
- Anote su historial médico. ¿Tuvo una cirugía reciente? ¿Qué medicamentos está tomando?
- Considere traer a un ser querido o un amigo que le acompañe. Un familiar o amigo pueden darle apoyo y ayudarle a recordar lo que podría olvidarse

Qué puede esperar durante su consulta

Si su profesional de cuidado de la salud cree que usted puede tener EPOC (COPD en inglés),* es posible que le recomiende un examen llamado espirometría, que mide la salud de sus pulmones.

- También pueden hacerle otros exámenes, como radiografías torácicas o análisis de sangre
- Tendrá la oportunidad de hacerle preguntas a su profesional de cuidado de la salud
- Puede conversar con él o ella acerca de dejar de fumar
- Su profesional de cuidado de la salud le puede explicar maneras de ayudarle a respirar mejor, como tomando sus medicamentos o haciendo rehabilitación pulmonar.

Después de la consulta

Le brindamos algunas sugerencias para vivir mejor con EPOC:

- Deje de fumar
- Tome sus medicamentos como lo indique su profesional de cuidado de la salud
- Visite a su profesional de cuidado de salud
- Haga ejercicio físico con regularidad y mantenga su cuerpo fuerte. Coma alimentos saludables
- Si su respiración se agrava, vaya inmediatamente al doctor o al hospital
- Evite el humo y los gases que dificulten la respiración. Mantenga el aire limpio en su hogar

*EPOC significa Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica e incluye la bronquitis crónica, enfisema pulmonar o ambas enfermedades.

Hablando sobre EPOC (COPD, en inglés)

Hable al respecto

Si usted tiene EPOC, hay algunos pasos que puede seguir para controlar su salud. Estas son algunas preguntas que sería bueno hacerle a su profesional de cuidado de la salud:

¿Qué puedo hacer para evitar que mi EPOC empeore?

¿Qué debo hacer si tengo un agravamiento?

¿De qué señales de agravamiento debo tener cuidado?

¿Debería hacer algún cambio en los medicamentos que tomo?

¿Qué más puedo hacer para reducir mis síntomas de EPOC?

¿Cómo puedo dejar de fumar?

¿Tengo otras enfermedades?

¿Qué puedo hacer para evitar otras enfermedades?

¿Debería vacunarme contra la gripe o la neumonía?

Estas son algunas organizaciones que pueden brindarle más información sobre la EPOC:

COPD Foundation
(Fundación EPOC)
www.copdfoundation.org

National Heart, Lung, and Blood Institute (NHLBI)
(Instituto Nacional del Corazón, los Pulmones y la Sangre)
1-301-592-8573
www.nhlbi.nih.gov

National Emphysema Foundation (Fundación Nacional contra el Enfisema)
1-203-866-5000
www.emphysemafoundation.org

Centers for Disease Control and Prevention (CDC) (Centros de control y prevención de enfermedades)
1-800-232-4636
www.cdc.gov

Pulmonary Education and Research Foundation (Fundación para la Educación e Investigación Pulmonar)
www.perf2ndwind.org

Sus medicamentos para la EPOC

Hable con su profesional de cuidado de la salud acerca de qué medicamentos pueden ser los indicados para usted. Pueden recetarle:

- Un medicamento de "rescate" para ayudarle a respirar mejor cuando tenga dificultad para respirar o cuando la respiración empeore repentinamente
- Un medicamento de mantenimiento que debe tomar todos los días
- Un esteroide o un antibiótico

Pregunte a su profesional de cuidado de la salud lo siguiente:

- ¿Cómo debo tomar el medicamento?
- ¿Cuándo y con qué frecuencia debo tomar mi medicamento?

Boehringer Ingelheim Pharmaceuticals, Inc. no tiene ningún interés de propiedad en ninguna otra organización que promociona o comercializa productos y servicios de manejo de la enfermedad. Un recurso educativo para los pacientes suministrado por *Boehringer Ingelheim Pharmaceuticals, Inc.*

