

# Cuando sus síntomas de EPOC empeoran



La EPOC\* (COPD, en inglés) es una enfermedad pulmonar que hace que sea difícil respirar. Si usted tiene EPOC, puede haber ocasiones en las que sus síntomas empeoren. Estos se llaman agravamientos o exacerbaciones.

## ¿Cómo puede saber si está teniendo un agravamiento?

- Su tos puede empeorar
- Su falta de aire puede ser mayor
- Puede tener tos con más moco o éste puede ser amarillo o verde

## ¿Qué debe hacer cuando tenga un agravamiento?

- Hable con su profesional de cuidado de la salud en cuanto empeoren sus síntomas
- Si sus síntomas son muy graves llame al 911 o vaya a la sala de emergencias

## Anote lo siguiente:

- Los números de teléfono de su profesional de cuidado de la salud, hospital u otros contactos de emergencia
- Una lista de los medicamentos que toma y la dosis de cada uno
- Qué debe hacer si sus síntomas empeoran

\*Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica, incluye bronquitis crónica, enfisema o ambas enfermedades.

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.

# Cuando sus síntomas de EPOC empeoran



Su profesional de cuidado de la salud puede ayudarle a reducir el riesgo de un agravamiento de EPOC. Asegúrese de hablar sobre sus síntomas en su próxima visita.

Es una buena idea hablar con su profesional de cuidado de la salud sobre escribir *un plan de acción para los agravamientos: un conjunto escrito* de instrucciones que le permitan saber qué hacer cuando sus síntomas empeoren.

¿Cuáles son las causas de los agravamientos? Cada persona tiene diferentes causas de agravamientos.

**Examine esta lista de causas comunes. ¿Alguna de estas ha hecho empeorar sus síntomas?**

- Fumar o estar cerca de humo
- Infecciones, como resfríos o la gripe
- Gases fuertes, como gas del escape de los automóviles o perfume
- Polución y smog
- Cambios meteorológicos
- Aire muy frío o muy húmedo

**Descubra qué cosas hacen que empeoren sus síntomas y trate de evitarlas.**

**Para ayudarle a reducir los agravamientos y mantener la EPOC bajo control:**

- No fume
- Consulte a su profesional de cuidado de la salud si debería vacunarse contra la gripe o neumonía
- Trate de evitar embotellamientos de tráfico y de no salir al aire libre durante alertas de polución
- Trate de cubrirse la boca y la nariz para mantenerlas calientes cuando hace frío
- No salga durante días calurosos, húmedos ni en días con smog. Permanezca en una habitación con aire acondicionado
- No respire las emanaciones de perfumes, pinturas ni productos de limpieza