

Cómo Entender las Recaídas de la EPOC

A pesar de sus mejores esfuerzos, los síntomas de la EPOC pueden empeorar. Esto se conoce por recaída, o exacerbación de su condición.

Cuando no es posible controlar la recaída, muchas veces es necesario ir al hospital para recibir tratamiento, pero usted puede ayudar a controlar una recaída.

Estos pasos son: identificar cambios de síntomas a tiempo, saber cuáles acciones tomar y a quién llamar para recibir ayuda.

Es posible que quiera saber ¿qué provoca las recaídas?

La mayoría de las veces, las recaídas son debido a infecciones en los pulmones.

Se pueden desarrollar también debido a un cambio de su enfermedad pulmonar, de cambios en el medio ambiente y exposición a irritantes como olores fuertes o polen.

La recaída puede ser también una señal que debe ajustar su plan de tratamiento.

Ya que las infecciones de pulmones son la causa principal de las recaídas, debe revisar regularmente si tiene síntomas iniciales de una infección en desarrollo.

Una señal de infección es el color y consistencia del moco.

Analice la mucosidad que expulsa a diario de los pulmones.

La mucosidad que no tiene infección es líquida y transparente o blanca.

La mucosidad que tiene infección puede ser amarilla, café, verde o que tenga manchas de sangre.

Si su mucosidad aparenta tener infección, llame a su doctor.

Debe también llamar a su doctor si tiene cualquiera de los siguientes síntomas: fiebre, escalofríos, empeora la falta de respiración; aumento de mucosidad o cambio de color de la mucosidad; más tos; y dolor de pecho.

"Debe siempre ir un paso adelante, para poder asegurar que lo que hace o pregunta lo ayuda."

– Michael, Paciente

Cómo Entender las Recaídas de la EPOC

Puede seguir algunos pasos para limitar el número de infecciones adquiridas.

Muchas infecciones se contraen a través de personas o cosas que tocamos, así que debe lavarse las manos con frecuencia.

Debe también evitar el contacto con personas que tengan catarro, flu o alguna otra infección.

Vacúnese contra el flu y la neumonía.

Cheque con su doctor para determinar cuándo están disponibles estas vacunas.

Entre más tiempo pueda identificar y tratar una infección de pulmones, mejor probabilidad tendrá de prevenir complicaciones de una enfermedad pulmonar más seria, incluyendo la neumonía y estancias en el hospital.

Sin embargo, no todas las recaídas son la razón de una infección pulmonar.

Los cambios respiratorios, si empeora la falta de respiración o si tiene cansancio extremo, todo esto le debe reportar a su profesional médico de inmediato.

Dependiendo de lo severo de sus síntomas, es posible que su profesional médico pueda tratar su condición en casa, en el consultorio, o en el hospital.

Si tiene algún cambio leve en casa, tome nota de éste.

Comparta lo que notó durante su próxima cita con el profesional médico.

Es posible que su profesional médico pueda sugerirle cambios de medicamentos para mejorar o eliminar sus síntomas.

Podría ser que formule con su profesional médico un plan de acción para evitar las recaídas, antes de tener una.

Parte del plan es identificar los síntomas iniciales de una recaída.

No todos los síntomas de preaviso son los mismos. Aprenda cuáles tiene usted e incorpórelos en su plan.

Es posible que esto incluya una lista de lo que puede evitar que podría agravar su condición.

La segunda parte del plan de acción debe incluir qué pasos debe seguir si tiene síntomas. Podría incluir técnicas de respiración, tomar medicina o saber a quién llamar.

"Y tengo flema amarillenta, me siento muy enferma. Definitivamente me está dando algo." – Bev, Paciente

Cómo Entender las Recaídas de la EPOC

También, no tenga miedo de ir al departamento de emergencia o de llamar al 911.

Llame al 911 de inmediato si: Empeora su respiración, tiene respiraciones rápidas, tiene latido cardiaco rápido, si tose con sangre, tiene uñas y labios morados o grises, o si tiene dolor de pecho.

El tratamiento a tiempo puede prevenir un rápido empeoramiento de su condición.

Todos, en algún momento o en otro, van a tener una recaída de su EPOC.

"Hay veces en las que te va a afectar progresivamente y hacerte caer. Pero en cuánto notes algo, escucha a tu cuerpo." - Marilyn, Paciente

Siga los pasos necesarios para notar cambios de síntomas a tiempo, y saber lo que debe hacer.