



Hablemos sobre la EPOC

Antes de su cita con el doctor, prepárese.

Aquí le damos algunas sugerencias que pueden ayudarle a aprovechar al máximo su visita al doctor:

- Haga una lista de todos sus síntomas y de cualquier cambio en su estado de salud en general
- Apunte los detalles personales importantes. ¿Ha habido cambios importantes en su vida desde su última visita?
- Anote su historial médico. ¿Tuvo una cirugía recientemente? ¿Qué medicamentos está tomando actualmente?
- Permita que le acompañe un ser querido o amigo; este pudiera ayudarle a recordar detalles importantes acerca de su salud

Es importante que asuma un papel activo en el cuidado de su salud.

¡Dé el primer paso! Hable hoy mismo con su profesional de la salud, aprenda más sobre la EPOC* y comience a manejarla.

Qué puede esperar durante su consulta

Si su profesional de la salud sospecha que usted tiene EPOC*, es posible que le recomiende una prueba conocida como espirometría, la cual determina qué tan bien funcionan sus pulmones.

- También podría hacerle otros exámenes, como radiografías del tórax o análisis de sangre
- Podrá hacerle preguntas a su profesional de la salud
- También puede hablarle acerca de cómo dejar de fumar
- Su profesional de la salud podrá explicarle ciertas cosas para ayudarle a respirar mejor, como tomar sus medicamentos o realizar rehabilitación pulmonar

*EPOC significa enfermedad pulmonar obstructiva crónica, la cual incluye la bronquitis crónica, enfisema pulmonar o inclusive ambas condiciones.

Boehringer Ingelheim Pharmaceuticals, Inc. no tiene interés de propiedad en ninguna otra organización que promociona o comercializa sus productos y servicios para manejo de enfermedades.

Un recurso educativo para el paciente suministrado por Boehringer Ingelheim Pharmaceuticals, Inc.

Es hora de hablar al respecto

Después de la consulta

Aquí le ofrecemos algunas sugerencias para vivir mejor con EPOC:

- Deje de fumar
- Tome sus medicamentos como le indique su profesional de la salud
- Visite a su profesional de la salud regularmente
- Realice ejercicio físico con regularidad para mantener su cuerpo fuerte y vigoroso, siempre comiendo alimentos saludables
- Si su respiración se agrava, debe ir inmediatamente al doctor o al hospital
- Evite el humo y los gases que dificulten la respiración. Mantenga el aire limpio en su hogar

Si usted tiene EPOC, hay ciertas cosas que puede hacer para ayudarle a manejar mejor su salud. A continuación le sugerimos algunas preguntas que podría hacerle a su profesional de la salud:

- ¿Qué puedo hacer para evitar que mi EPOC empeore?
- ¿Qué debo hacer si tengo un brote?
- ¿Cuáles son los síntomas más delicados de un brote?
- ¿Debería efectuar algún cambio en los medicamentos que tomo?
- ¿Qué más puedo hacer para aplacar mis síntomas de EPOC?
- ¿Cómo puedo dejar de fumar?
- ¿Padezco de otras enfermedades?
- ¿Qué puedo hacer para evitar otras enfermedades?
- ¿Debería vacunarme contra la gripe o la neumonía?

Sus medicamentos para la EPOC

Hable con su profesional de la salud acerca de qué medicamentos pueden ser los indicados para usted. Él o ella podría 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 la salud:

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

Estas son algunas de las 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)
www.cdc.gov
1-800-CDC-INFO
(1-800-232-4636)

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