

Como pode ser tratada a DPOC?

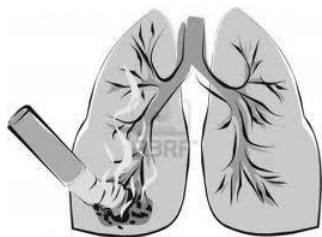
O Tratamento inclui:

Alteração do estilo de vida: parar de fumar, perder peso, fazer uma alimentação saudável e praticar exercício físico adequado à idade e à condição física.

Medicamentos: broncodilatadores inalados ou corticoides orais ou inalados para reduzir a inflamação dos brônquios; antibióticos para tratar as infecções.

Vacinação: da gripe e anti pneumocócica
Oxigenoterapia: pode ser necessária a sua utilização regular no domicílio.

Reabilitação pulmonar: um conjunto de técnicas respiratórias que ajudam a expulsar as secreções e a melhorar a capacidade respiratória dos pulmões.



O passo mais importante na prevenção da DPOC é deixar de fumar!

Como se pode diagnosticar a DPOC?

O diagnóstico é feito com base na história clínica e no exame objetivo e confirmado através de um exame chamado espirometria.

Este exame consiste em fazer movimentos respiratórios profundos (inspirações e expirações forçadas) através de um tubo ligado a um aparelho (espirómetro) que os regista em forma de gráfico.



Unidade de Saúde Familiar Arandis
(CS Torres Vedras)

Rua Fernando Barros Leal – Urb. Conquinha
2560-253 Torres Vedras
www.usf-arandis.net
Tel: 261 336 371/73
Email: arandis.usf@gmail.com

Elaborado por:
Tânia Daniela Carvalho (IFG)
Atualizado por:
João Lima (IFG)
2022



DPOC

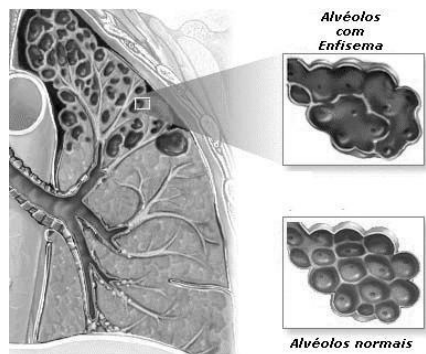
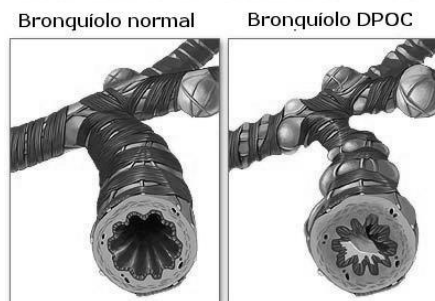
**Doença Pulmonar Obstrutiva
Crónica**

Informação para o Doente

O que é a Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica (DPOC)?

É uma doença que engloba a bronquite crónica e o enfisema. Provoca um estreitamento das vias respiratórias nos pulmões, levando a dificuldades na respiração.

Crónica, porque é uma doença que se prolonga no tempo, sem que necessariamente se agrave.



Como fiqueí com DPOC?

Na maioria dos casos, é provocada pelo fumo do tabaco. É por isso importante, em qualquer altura (antes ou mesmo após o diagnóstico da doença) deixar de fumar, o que reduz as probabilidades de desenvolvimento da DPOC.

Principais sintomas da DPOC

Os principais sintomas da DPOC são tosse e expectoração, arrastadas no tempo (mais de 2 meses nos últimos 2 anos). Estes sintomas, se não controlados, levam a dificuldades na concretização das actividades de vida diária, com falta de ar.

Apesar de não existir cura para a DPOC, a doença pode ser controlada e a qualidade de vida do doente melhorada pelo acompanhamento médico, com um tratamento adequado, atrasando a progressão da doença e reduzindo as crises.



Combater os MITOS:

“Sou fumador e tenho DPOC. Já não adianta deixar de fumar”

Pelo contrário! Deixar de fumar, em qualquer altura é benéfico para a sua saúde. Se tem DPOC, ao deixar de fumar vai atrasar a progressão da doença e melhorar significativamente a sua qualidade de vida.

“Tenho DPOC não posso fazer exercício físico”

Os reduzidos níveis de actividade podem piorar ainda mais a qualidade de vida do doente. Assim, simultaneamente com um tratamento adequado, o doente com DPOC pode conseguir melhorar a falta de ar e praticar exercício adequado à sua condição física.

“A DPOC é uma doença rara”

14,2% da população portuguesa com mais de 40 anos sofre de DPOC. É a 6ª causa de morte a nível mundial, e uma das principais doenças preveníveis. Portanto, e não sendo o cancro do pulmão a única doença relacionada com o tabagismo, é muito importante deixar de fumar como forma de prevenir a doença!