

Se já lhe foi diagnosticada a DPOC

sabe que:

- ✓ **Doença** significa falta de saúde
- ✓ **Pulmonar** significa que a doença é nos pulmões
- ✓ **Obstrutiva** significa dificuldade na passagem de ar
- ✓ **Crónica** significa que não desaparece

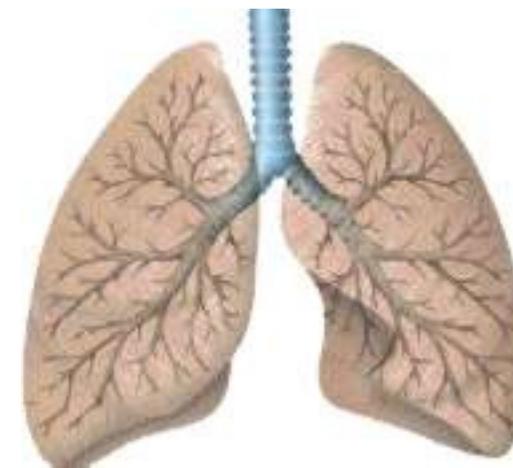
A única forma de evitar os efeitos da DPOC é cumprir a terapêutica prescrita pelo seu médico.

Não perca esta oportunidade, pois a DPOC pode não lhe dar outra!



RASTREIO

Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica (DPOC)



19 de Novembro de 2009

Departamento de Cardiopneumologia

Como viver com a DPOC?

A DPOC constitui um pesado fardo sobre todos os que têm de cuidar de amigos e parentes com esta doença.

Em virtude da natureza crónica desta e dos seus sintomas incapacitantes, os cuidados de saúde em casa constituem uma parte importante das responsabilidades físicas, sociais e emocionais do agregado familiar.

Prevenir o agravamento dos sintomas

- ✓ Nunca é tarde demais para deixar de fumar
- ✓ Existem fortes probabilidades de os sintomas nunca se agravarem nas pessoas que deixem de fumar
- ✓ Lembre-se que a DPOC pode afectar gradualmente a sua qualidade de vida

- ✓ Numa fase inicial, pudera sentir apenas uma pequena dificuldade em respirar
- ✓ Mais tarde, poderá nem sequer se aperceber que já não consegue fazer aquilo que costumava fazer

Cumprir a terapêutica receitada pelo médico

- ✓ Uma vez diagnosticada a DPOC, o doente deve manter o tratamento toda a vida, porque a DPOC é uma doença crónica
- ✓ Independentemente de ter ou não sintomas, deve continuar o tratamento para impedir o agravamento da doença
- ✓ Já há tratamento especificamente desenvolvido e eficaz para a DPOC
- ✓ Já há tratamentos de regime posológico simples que facilitam a rotina do dia-a-dia

- ✓ Associe a toma do seu medicamento com um hábito diário como, por exemplo, tomar banho, pentear-se ou fazer a barba

Respire melhor. Respeite a saúde dos seus pulmões!

1. Deixe de fumar
2. Cumpra o tratamento todos os dias, conforme indicação do seu médico
3. Pense positivo