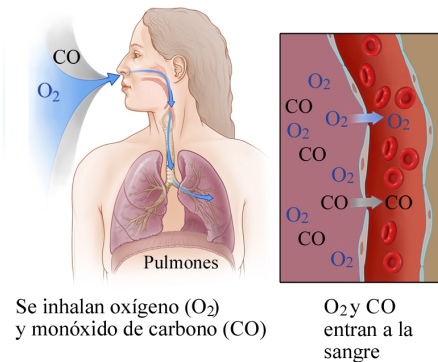


Terapia de oxígeno: Cómo usar oxígeno para la EPOC o la insuficiencia cardíaca - [Oxygen Treatment: Using Oxygen for COPD or Heart Failure]



La terapia de oxígeno se utiliza cuando no se tiene suficiente oxígeno en la sangre. Cuando se tiene muy poco oxígeno en la sangre, el cuerpo no recibe suficiente oxígeno. Cuando esto sucede, su corazón y otras partes del cuerpo no funcionan muy bien. La terapia de oxígeno aumenta la cantidad de oxígeno que recibe su cuerpo.

Cuando tiene insuficiencia cardíaca o EPOC, podría no tener suficiente oxígeno en la sangre. Es difícil respirar, y podría no tener mucha energía. Es posible que necesite terapia de oxígeno para llevar más oxígeno a los pulmones y al torrente sanguíneo. Esto puede facilitar las cosas para su corazón y ayudarlo a respirar mejor.

Tipos de terapia de oxígeno

La terapia de oxígeno puede ser administrada utilizando:

- Un concentrador, que toma oxígeno del aire.
- Un tanque de oxígeno gaseoso.
- Un depósito de oxígeno líquido.

¿Cómo funciona la terapia de oxígeno?

La terapia de oxígeno manda altos niveles de oxígeno a sus pulmones. Esto aumenta la cantidad de oxígeno que se envía al resto de su cuerpo.

Los dispositivos, en general, son lo suficientemente pequeños como para llevarlos con usted. Puede utilizarlos mientras va de un lado a otro y hace las tareas diarias.

El tipo de suministro de oxígeno que utilice podría basarse en qué tan activo es.

- Los concentradores son menos costosos que los otros tipos. Utilizan energía eléctrica. Muchos son bastante pesados (aproximadamente 30 libras [13.5 kg]) y pueden ser difíciles de llevar. Pero si usted no sale de su casa a menudo, podrían ser su mejor opción, ya que cuestan menos y son fáciles de usar. Otros tipos son más ligeros y portátiles. Se pueden usar estos tipos fuera de la casa. Los puede llevar en aviones y trenes también.
- Los tanques de oxígeno gaseoso vienen en varios tamaños. Los tanques pequeños pueden ser transportados y proporcionan aproximadamente 5 horas de oxígeno. Los más grandes generalmente se usan sólo en casa.
- El oxígeno líquido cuesta más que el oxígeno gaseoso. Pero los depósitos pesan menos, tienen más oxígeno y son más cómodos de usar. El oxígeno líquido es más susceptible de inflamarse que el

oxígeno gaseoso, por lo que podría ser más peligroso.

Usted puede respirar el oxígeno a través de un tubo de plástico flexible en las fosas nasales (cánula nasal) o una mascarilla facial.

- Una cánula nasal le da la mayor libertad para moverse y hablar. Podría costar más debido al oxígeno que se pierde en el aire, y usted podría recibir menos oxígeno.
- Una mascarilla facial dificulta más hablar y comer.

¿Cómo ayuda?

Es posible que su médico le sugiera la terapia de oxígeno cuando tenga bajos niveles de oxígeno en la sangre. La terapia de oxígeno no cura la insuficiencia cardíaca ni la EPOC.

- En la insuficiencia cardíaca, usted podría tener bajos niveles de oxígeno en su cuerpo debido a que su corazón no está bombeando suficiente sangre rica en oxígeno para satisfacer las demandas del organismo. La sangre transporta el oxígeno. La terapia de oxígeno reduce la fuerza con que funciona su corazón. Puede hacer que le sea más fácil respirar y le puede dar más energía.
- En la EPOC, usted tiene bajos niveles de oxígeno porque no está pasando suficiente oxígeno de los pulmones a la sangre. La terapia de oxígeno se utiliza sólo si tiene EPOC grave y bajos niveles de oxígeno. Se utiliza con mayor frecuencia para prevenir o retardar la insuficiencia cardíaca en personas con EPOC y para ayudarles a vivir más tiempo. También podría facilitarle la respiración. Si su EPOC no es grave, la terapia de oxígeno probablemente no le ayudará. En este caso, se podría utilizar medicamentos y un programa que incluye ejercicio, capacitación en respiración y alimentación saludable.

Efectos secundarios

En la mayoría de los casos, no hay efectos secundarios de la terapia de oxígeno.

Utilizar una cánula nasal podría reseca su nariz.

Si utiliza una cánula nasal, el tubo podría rozar debajo de las fosas nasales y alrededor de las orejas. Para evitar la formación de llagas en la piel, coloque un trozo de gasa debajo del tubo. Utilice una loción a base de agua sobre las zonas que rozan.

Qué hay que considerar

- Existe un alto riesgo de inflamación o de explosión si utiliza el oxígeno cerca de cigarrillos encendidos o de una llama expuesta. No fume mientras esté usando la terapia de oxígeno o mientras esté cerca de alguien que esté utilizando terapia de oxígeno. Ponga avisos de "No fumar" en su casa. La terapia de oxígeno podría no ser una buena opción si usted o sus cuidadores fuman.
- Manténgase al menos a 5 pies (1.5 m) de distancia de estufas de gas, de velas, de chimeneas encendidas o de cualquier cosa que produzca chispas.
- No permita que los depósitos de oxígeno se calienten. Guárdelos en un lugar fresco. No los deje en el maletero (baúl) de un automóvil ni en un vehículo caliente.
- Mantenga los depósitos de oxígeno en posición vertical. Asegúrese de que estén asegurados para que no se caigan ni se dañen. Si un depósito de oxígeno está dañado, no lo utilice.
- Su médico ajustará el caudal para darle la cantidad correcta de oxígeno. No cambie el

caudal a menos que su médico se lo indique. Un mayor caudal podría no ser de ayuda y puede aumentar el riesgo de una

acumulación nociva de dióxido de carbono en su sangre, especialmente si también tiene enfermedad pulmonar.