

Comprender los problemas para respirar

- ¿Qué son los problemas para respirar?
 - Dificultad para respirar
 - Respirar con dificultad o respirar rápido
 - Tener sensación de falta de aire
- Los problemas para respirar pueden ocurrir con el movimiento y también con el reposo.
- Algunas causas de dificultad para respirar son:
 - Ansiedad o miedo
 - Progresión de la enfermedad
 - Debilidad
- Cuando hay una enfermedad terminal, a veces existen múltiples motivos para la dificultad para respirar.
- El hospicio utiliza medicamentos e intervenciones sin medicamentos para ayudar a reducir la sensación de dificultad para respirar.

Razones para contactar al hospicio

- La respiración es peor de lo normal.
- El patrón respiratorio ha cambiado
- Los medicamentos para los problemas respiratorios no están funcionando o no funcionan tan bien como en el pasado.
- Hay preguntas sobre los medicamentos para los problemas respiratorios.
- Hay ansiedad por la dificultad para respirar.
- Aumento de la congestión.
- Nueva fiebre.

Si los síntomas no se controlan o si tiene alguna pregunta, comuníquese con su equipo de cuidados paliativos de Confluence Health Home Care Services: (509) 433-3700

Intervenciones para reducir los problemas para respirar

- Respire con los labios fruncidos cuando tenga problemas para respirar o respire rápido.
 - Esto ayuda a ralentizar la respiración y ahorrar energía.
- Mantenga fresca la temperatura de la habitación.
- Utilice un ventilador para ayudar a hacer circular el aire.
- Mantenga el ambiente en calma.
- Explore métodos de relajación como escuchar música, aromaterapia y masajes suaves.
- Sentarse erguido puede ayudar a aumentar el movimiento del aire.
- Tome sus medicamentos según lo recetado.
- Tome descansos frecuentes al caminar.
- Conserva y ahorra energía para hacer las cosas que más importan.
- Mantenga el humo y el polvo de la chimenea fuera de su área tanto como sea posible.

Algunos medicamentos comunes

- Medicamentos de acción corta que ayudan a abrir las vías respiratorias y que se utilizan para un alivio rápido si es necesario (inhalador o nebulizador).
 - Albuterol (Proair, Ventolin)
 - Levalbuterol (Xopenex)
 - Ipratropium (Atrovent)
 - Albuterol/ipratropium (Combivent Respimat)
- Medicamentos que reducen la inflamación (hinchazón) y facilitan el flujo de aire (inhalador o nebulizador).
 - Fluticasone (Flovent)
 - Budesonide (Pulmicort)
 - Prednisone (oral tablet)
- Acción corta (ejemplo: lorazepam) pueden ayudar a calmar la ansiedad relacionada con la dificultad para respirar.
- Los opioides (ejemplos: morfina, oxicodona, etc.) pueden ayudar con la dificultad para respirar. Estos medicamentos pueden ayudar a calmar la respiración.
- El oxígeno sólo es útil en determinados casos, esto depende del proceso de la enfermedad.
- Si hay congestión, el equipo de hospicio ayudará a determinar si los medicamentos serían útiles para controlarla.

Si los síntomas no se controlan o si tiene alguna pregunta, comuníquese con su equipo de cuidados paliativos de Confluence Health Home Care Services: (509) 433-3700

Otra información sobre la dificultad para respirar

- Los problemas respiratorios pueden causar depresión y ansiedad. Asegúrese de informar a su proveedor si se siente “triste” la mayor parte del tiempo o ansioso.
- Consejos para comer:
 - Beber agua ayuda a mantenerte hidratado y tus mucosas finas.
 - Si se cansa con facilidad, intente descansar antes de comer.
 - Coma más comida temprano si está demasiado cansado para comer más tarde durante el día.
 - Consuma de 4 a 6 comidas pequeñas al día con alto contenido de proteínas.
- Si tiene problemas para respirar al caminar y realizar las tareas diarias, pida ayuda cuando sea necesario para reducir el riesgo de lesiones o caídas.

Respiración durante las últimas horas o días

- Durante las últimas horas o días de vida, los patrones respiratorios cambian. Esta es una parte normal del proceso y no siempre significa que haya dificultad para respirar. El equipo de cuidados paliativos se asegurará de que se utilicen medicamentos para su comodidad y revisará el proceso normal de los cambios respiratorios.
 - Los patrones de respiración pueden cambiar entre rápido y lento y tener pausas ocasionales.
- Durante este tiempo, puede haber sonidos de congestión. La congestión causada por las secreciones puede ser una parte normal de los cambios que está experimentando el cuerpo.
 - Hay debilidad y el cuerpo no puede toser ni eliminar las secreciones.
 - Las secreciones están cerca de la laringe en la garganta y cuando el aire pasa sobre las secreciones, produce un sonido ruidoso y congestionado.
 - Estos sonidos pueden resultar molestos para los seres queridos, pero si el cuerpo y la cara están relajados, entonces no se sabe que la congestión sea molesta para quien la experimenta.

Si los síntomas no se controlan o si tiene alguna pregunta, comuníquese con su equipo de cuidados paliativos de Confluence Health Home Care Services: (509) 433-3700