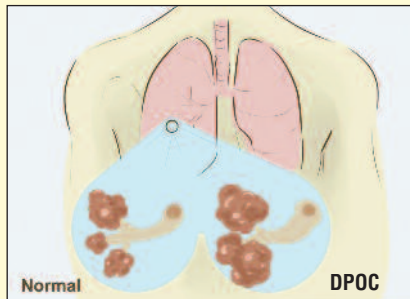


## Conselhos aos Doentes:



A DPOC é uma doença que causa dificuldade respiratória.



A tosse arrastada é um dos sintomas da DPOC.



A maior parte dos casos de DPOC são causados pelo tabagismo.



Um teste que permite confirmar o diagnóstico de DPOC é a espirometria.

# Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica (DPOC)

## O que é a DPOC?

A DPOC é uma doença pulmonar que causa uma grande e crescente dificuldade respiratória. A maior parte das pessoas que sofrem de DPOC têm outras doenças pulmonares associadas, muito especialmente bronquite crónica e enfisema. Na bronquite crónica as vias aéreas pulmonares ficam inflamadas e cheias de muco tornando difícil a respiração. No enfisema está dificultada a troca gasosa do oxigénio com o dióxido de carbono, o que torna ainda mais difícil expirar o ar.

## Quais são os sintomas da DPOC?

Existe uma grande variedade de sintomas, dos quais se salientam os seguintes:

- Tosse arrastada
- Tosse produtiva de muco
- Dificuldade respiratória, especialmente durante a actividade física
- Sensação de aperto torácico
- Pieira

Os sintomas da DPOC começam lentamente e vão-se agravando ao longo dos anos se a doença não for diagnosticada e tratada precocemente. Para além disso, atrasar o diagnóstico e o tratamento pode levar a outras complicações, como problemas cardíacos (arritmias e insuficiência cardíaca, hipertensão arterial) e infeções respiratórias que, por sua vez, vão danificar ainda mais os pulmões.

## Quais são as causas da DPOC?

A DPOC resulta da lesão pulmonar causada pela inspiração prolongada de substâncias nocivas para os pulmões, muito especialmente tabaco (a principal causa), mas também gases, vapores e fumos químicos, poeiras e a própria poluição atmosférica.

## Como se pode diagnosticar a DPOC?

O diagnóstico é feito com base na história clínica e no exame objectivo e é confirmado por um teste chamado espirometria. Este teste 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.

## Como pode ser tratada a DPOC?

O tratamento da DPOC 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 corticóides orais ou inalados para reduzir a inflamação dos brônquios; antibióticos para tratar as infeções.
- Vacinação: algumas vacinas podem prevenir infeções respiratórias, como a gripe ou a pneumonia.
- Oxigenoterapia: pode ser necessária a utilização regular de oxigénio no domicílio para melhorar a saturação de oxigénio do sangue.
- Reabilitação pulmonar: é um conjunto de técnicas respiratórias que ajudam a expulsar as secreções e a melhorar a capacidade respiratória dos pulmões

**Esta informação não substitui o tratamento médico**