

# Esacerbazioni

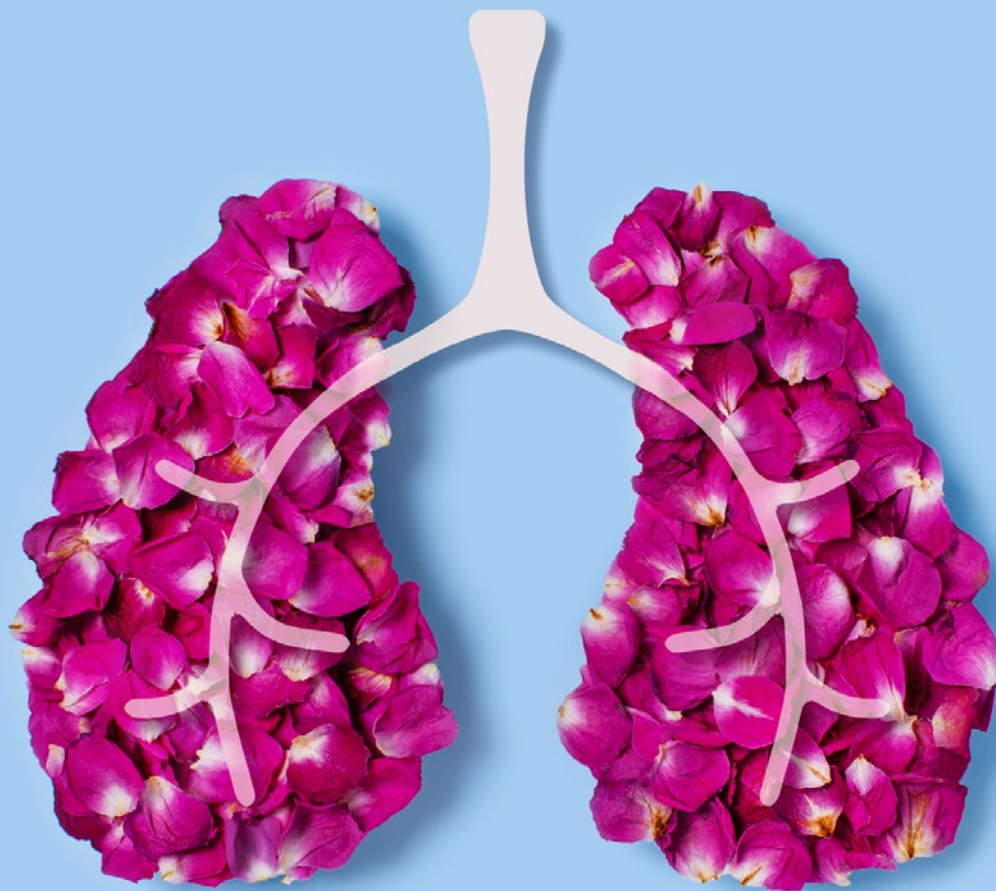
Riconoscere e trattare le riacutizzazioni della BPCO



**COPD**  
FOUNDATION®

[www.copdfoundation.org](http://www.copdfoundation.org)

Solo per uso personale. Permesso necessario per qualsiasi altro uso.



## INDICE DEI CONTENUTI

Cos'è un'esacerbazione? .....	1
È un'esacerbazione o solo una brutta giornata? .....	2
Segni premonitori di esacerbazione .....	3
Esacerbazione da infezione .....	4
Avere un piano per evitare e trattare le esacerbazioni ....	5
Durante un'esacerbazione .....	6
Risorse .....	7
Note .....	8

AstraZeneca 

Questa traduzione di Guides to better living della COPD Foundation è stata sponsorizzata da AstraZeneca.





## COS'È UN'ESACERBAZIONE?

Le persone affette da broncopneumopatia cronica ostruttiva (BPCO) a volte subiscono delle riacutizzazioni chiamate esacerbazioni. Un'esacerbazione è un cambiamento rispetto alle condizioni normali, spesso causato da un'infezione polmonare. Durante un'esacerbazione è più difficile respirare. Si possono avere anche tosse, oppressione toracica, stanchezza o respiro affannoso.

Tutte le esacerbazioni della BPCO sono importanti. A volte può essere necessario recarsi al pronto soccorso o rimanere in ospedale per una notte. È importante osservare i primi segnali di allarme di un'esacerbazione, in modo da poterla cogliere tempestivamente e impedire che peggiori. In questa guida le spiegheremo meglio come possono presentarsi le esacerbazioni, in modo da poter agire rapidamente.



## È UN'ESACERBAZIONE O SOLO UNA BRUTTA GIORNATA?

A volte è difficile distinguere tra una riacutizzazione della BPCO e una "brutta giornata". Un'esacerbazione o riacutizzazione si verifica quando i sintomi peggiorano e durano più a lungo rispetto ai normali cambiamenti quotidiani. Pertanto, il primo passo per riconoscere un'esacerbazione è osservare i cambiamenti dei sintomi. I sintomi della BPCO possono cambiare in base al tempo, alle emozioni, alle allergie, all'altitudine elevata, all'esercizio fisico o anche all'uso di un inalatore vuoto.

Lei conosce il suo corpo meglio di chiunque altro. È importante che contatti il suo medico al primo segno di riacutizzazione.



## SEGNALI PREMONITORI DI ESACERBAZIONE






I segnali di avvertimento della riacutizzazione possono cambiare da persona a persona. È importante sapere in che modo si manifestano le crisi. Se ha avuto una recente riacutizzazione, pensi alle sue caratteristiche e alle sensazioni provate. Che tipo di sintomi ha notato all'inizio della malattia? Di seguito sono elencati alcuni comuni segnali di allarme di una riacutizzazione.

- ☐ Febbre
- ☐ Utilizzo più frequente del solito di farmaci d'emergenza (per un rapido sollievo)
- ☐ Cambiamento del colore, della densità o della quantità di muco durante gli episodi di tosse
- ☐ Stanchezza insolita
- ☐ Gonfiore nuovo o crescente alle gambe e alle caviglie
- ☐ Respiro affannoso, tosse o mancanza di fiato più frequenti del solito
- ☐ Mal di testa o vertigini al mattino
- ☐ Sensazione di cuore che batte all'impazzata o che batte forte.

Se si utilizza l'ossigeno, è possibile avere bisogno di più ossigeno del solito.

A volte i sintomi possono essere il segno di una condizione più grave o di una riacutizzazione più severa.

Chiami il 911 o il servizio di emergenza locale se ha:

-  Respiro affannoso o dolore al petto.
-  Labbra o dita che sembrano blu o insolitamente pallide.
-  Confusione, disorientamento o farfugliamento della parola.



## PER RIDURRE LE POSSIBILITÀ DI ESACERBAZIONE DA INFEZIONE:

- Lavi spesso le mani ed eviti di stare vicino a persone malate.
- Faccia la vaccinazione antinfluenzale e quella contro la polmonite (chieda al suo medico curante informazioni su queste importanti vaccinazioni).
- Assuma sempre i farmaci di mantenimento e d'emergenza come prescritto dal medico. Non smetta di prenderli quando si sentirà bene. Tali farmaci la aiutano a gestire la BPCO.
- Compili il Piano d'azione per la BPCO con il suo medico curante. Si tratta di un piano da seguire in caso di riacutizzazioni. Un esempio di piano è disponibile sul sito web della COPD Foundation alla pagina [copdf.co/my-copd-action-plan](https://copdf.co/my-copd-action-plan)



## AVERE UN PIANO PER EVITARE E TRATTARE LE ESACERBAZIONI

Un piano d'azione scritto è parte importante della sua cura. Il suo piano d'azione per la BPCO è suddiviso in sezioni. Il suo medico le fornirà le istruzioni da seguire per ogni sezione. Le sezioni sono codificate a colori come un semaforo:



Rosso significa Stop! Segua le fasi del suo piano d'azione, prenda i farmaci come indicato e chiami subito il suo medico curante. Potrebbe essere necessario chiamare il 911 o i servizi di emergenza locali se si trova nella sezione rossa e se ha sintomi gravi di BPCO.

Giallo significa rallentare, potrebbe essere in arrivo una riacutizzazione, quindi segua le fasi del suo piano d'azione.

Verde significa stabile o buono.

*Il Piano d'azione per la BPCO deve essere compilato insieme al medico curante. Il piano dovrebbe essere aggiornato almeno ogni sei mesi.*

## DURANTE UNA ESACERBAZIONE

Durante una riacutizzazione, segua il suo Piano d'azione per la BPCO. Il piano può prevedere l'assunzione più frequente dei farmaci d'emergenza o l'aggiunta di altri farmaci al piano giornaliero. Di solito, alle persone con riacutizzazioni della BPCO, vengono prescritti corticosteroidi orali e/o antibiotici. In alcuni casi, durante una riacutizzazione può essere necessario utilizzare ossigeno supplementare. Spesso ciò è solo temporaneo.

Sebbene non si possa sempre evitare una riacutizzazione della BPCO, si può contribuire a evitare che peggiori. È molto importante osservare i primi segnali che indicano l'arrivo di una riacutizzazione. Si tratta di sintomi quali il peggioramento del respiro corto, la tosse e la febbre. Pensi a come respira di solito e intervenga al primo segno di cambiamento.

*Nessuno conosce il suo corpo meglio di lei! Ascolti il suo corpo, parli con il medico e, soprattutto, segua il suo Piano d'azione per la BPCO.*



Compili la parte sottostante. Alle visite mediche p  
giornata "verde". Metta un segno di spunta in og  
quanto sia difficile svolgere ora quell'attività. Co

Riesco a farlo	PU
Riesco a farlo con minime limitazioni	
Faccio fatica a farlo	
Non riesco a farlo	

I miei  
giorni  
Verdi

I miei  
giorni  
Gialli

I miei  
giorni  
Rossi



# RISORSE

Per saperne di più sull'esacerbazione della BPCO, consulta il sito web della COPD Foundation alla pagina [www.copdfoundation.org](http://www.copdfoundation.org)

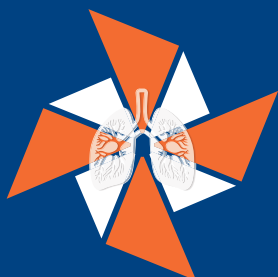
Per informazioni che la aiutino a gestire la BPCO e a convivere con questo disturbo, consulti Guides for Better Living della COPD Foundation alla pagina [copdf.co/guides](https://copdf.co/guides)

Per saperne di più su ciò che altri malati di BPCO dicono sull'uso dell'ossigeno, visiti la comunità online della COPD Foundation, COPD360social alla pagina [www.copd360social.org](http://www.copd360social.org)



## NOTE

[illegible]



# COPD

## FOUNDATION®

Miami, FL | Washington, DC

[www.copdfoundation.org](http://www.copdfoundation.org)

**COPD360 Linea di supporto alla comunità:  
1-866-316-COPD (2673)**

**Linea di informazioni sulle: bronchiectasi e sulla malattia  
polmonale da NTM:  
1-833-411-LUNG (5864)**

**Questa guida è stata revisionata dai membri del team di revisione  
COPD Foundation Guides for Better Living**

**La Fondazione BPCO desidera ringraziare Glenda Lassi,  
AstraZeneca per la sua competenza nella traduzione di questo  
materiale educativo.**