

Esacerbazioni

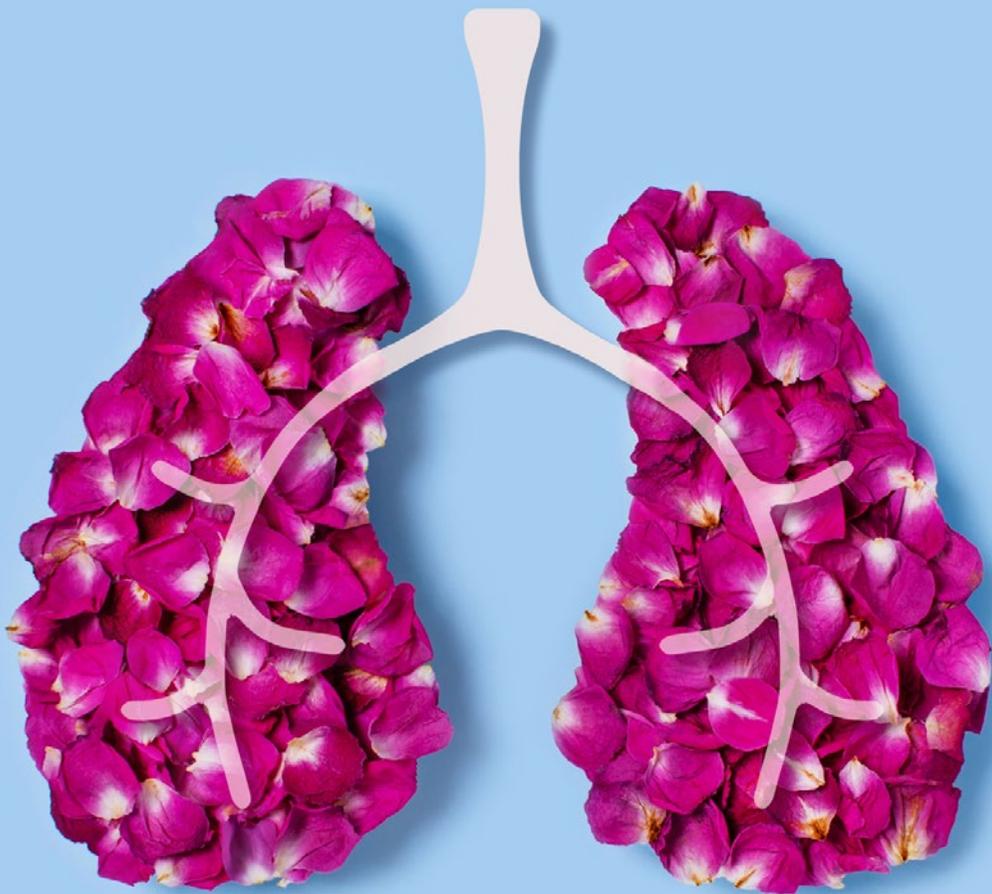
Riconoscere e trattare le riacutizzazioni della BPCO



COPD
FOUNDATION®

www.copdfoundation.org

Solo per uso personale. Permessonecessario 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



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.

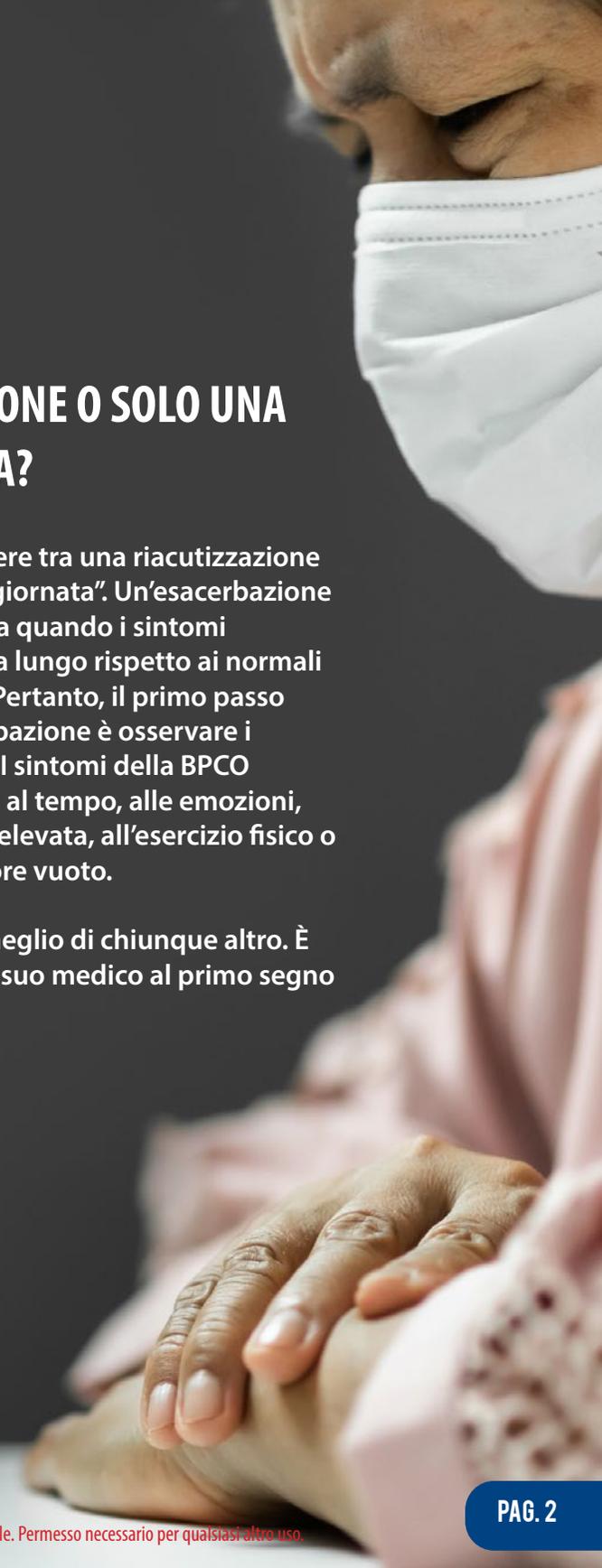
Tutte le esacerbazioni della BPCO sono importanti. A volte può essere necessario recarsi al pronto soccorso o rimanere in ospedale per una notte. È importante osservare i primi segnali di allarme di un'esacerbazione, in modo da poterla cogliere tempestivamente e impedire che peggiori. In questa guida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

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.



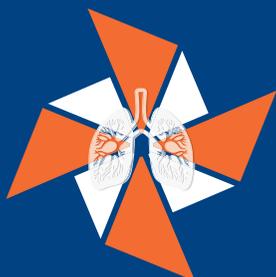
Compili la parte sottostante. Alle visite mediche per la giornata "verde". Metta un segno di spunta in ogni sezione che sia difficile svolgere ora quell'attività. Co

Riesco a farlo
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



COPD

FOUNDATION®

Miami, FL | Washington, DC

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.