

→ ¿Que tengo EPOC? ¿Qué es eso?

→ *¿Te han diagnosticado EPOC? En este post te ayudaremos a conocer mejor la EPOC, los medicamentos que se utilizan para tratarla y herramientas que esperamos que te sean de utilidad y te ayuden a disfrutar de las cosas que te gusta hacer en tu vida cotidiana.*

→ **¿Qué es la EPOC?** La EPOC o Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica es una patología en la que los bronquios están obstruidos y por tanto se hace más difícil la respiración. Se trata de una enfermedad frecuente, ya que cerca de una de cada diez personas entre 40 y 69 años padecen esta enfermedad. El tabaco es la causa fundamental. Si quieres dejar de fumar, aquí tienes un enlace donde te explicamos los beneficios que tendrás. Acude a la farmacia y pregunta por el servicio de deshabituación tabáquica, estaremos encantados de ayudarte a abandonar este mal hábito.

→ **¿Qué medicamentos me van a prescribir?** Debes tener claro que tan importante es usar la medicación que te han prescrito como saber para qué sirve y cómo debes utilizarla.

→ Existen fundamentalmente dos tipos de medicamentos para tratar la EPOC: broncodilatadores y corticoides.

→ Los broncodilatadores hacen que los bronquios se ensanchen y así nos es más fácil respirar. Existen broncodilatadores de corta duración, también conocidos como "de rescate", y se conocen con este nombre porque actúan rápidamente cuando se agravan los síntomas. Los broncodilatadores de larga duración se prescriben cuando el ahogo es diario.

→ Los corticoides actúan reduciendo la inflamación de las vías respiratorias, y se administran inhalados o en comprimidos.

→ Existen también medicamentos inhalados que combinan broncodilatadores y corticoides.

→ **¿Por qué se usan los medicamentos inhalados en la EPOC?** Este sistema permite que el medicamento vaya directamente a los bronquios, minimizando así los efectos

secundarios. Pero es muy importante que utilices los inhaladores correctamente, porque usarlos mal es lo mismo que no usarlos. Cuando te prescriban por primera vez un inhalador, entrena con tu farmacéutico en el uso del mismo. En la farmacia te ayudaremos a que te familiarices con él. No dudes en preguntar todas las dudas que tengas y a repetir el manejo lo que sea necesario hasta que te hagas con él.

→ También tenemos a tu disposición vídeos específicos para tu inhalador y documentación si prefieres tenerlo por escrito, y podemos enviarte los materiales a tu correo electrónico o dispositivo móvil. Si quieres saber cómo cuidar tu cámara de inhalación puedes pinchar aquí, y si quieres ver un video de cómo se utilizan en general los inhaladores, aquí.

→ **¿Tienen efectos secundarios los medicamentos usados para EPOC?** Son medicamentos muy seguros, pero todos los medicamentos pueden producir reacciones adversas. Las más frecuentes son con inhaladores temblor de manos, sequedad de boca y palpitaciones. Si utilizas corticoides inhalados, debes enjuagarte la boca tras su uso para evitar irritación de garganta y ronquera.

→ Si a lo largo de tu EPOC tienes lo que se conoce como una descompensación (aumento de la tos, esputo y ahogo), tienes EPOC avanzada y te surgen dudas sobre situaciones específicas como aumento del ahogo, problemas al subir escaleras, o te han recomendado oxígeno a domicilio, aquí tienes un documento muy interesante que puedes leer para saber más de tu enfermedad.

→ Si quieres conocer hábitos de vida saludable que te ayudarán a vivir mucho mejor, en las próximas semanas publicaremos una entrada especialmente dedicada a ese tema.

→ Si te han diagnosticado EPOC, conocer la patología, detectar posibles problemillas y saber cómo resolverlos, familiarizarte con tu medicación y hablar con tus profesionales de salud mejorarán tu calidad de vida y te permitirá disfrutar más de todas las cosas que te gusta hacer en tu día a día.

→ Acude a tu farmacia, allí te esperamos para cuidarte.

Autora: Rosario Cáceres Fernández-Bolaños. Farmacéutica. Desarrollo de Proyectos Profesionales y Relaciones Institucionales del COF Sevilla. 'Blog del Colegio Farmacéuticos de Sevilla'.