

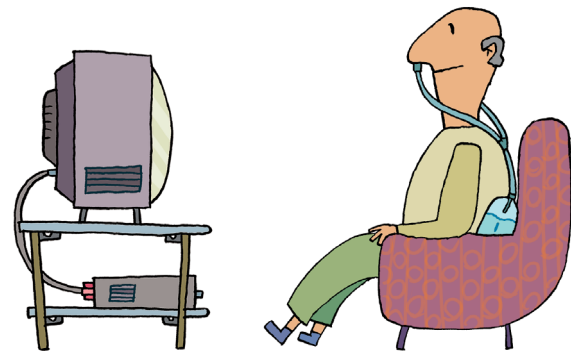
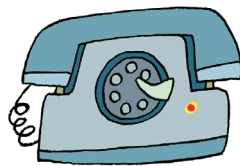
9.8. Cuidados del oxígeno en casa

El oxígeno es un tratamiento necesario cuando su nivel está bajo en la sangre. Esto ocurre si sus pulmones funcionan mal. La necesidad del tratamiento con oxígeno depende de la cantidad que tiene en la sangre y no tanto de si tiene más o menos sensación de falta de aire.

Usando el oxígeno en casa puede evitar muchas complicaciones de su enfermedad.

¿Qué puede hacer?

- Es **imprescindible no fumar** para poder beneficiarse del oxígeno.
- Es **preciso administrarlo 16 horas al día como mínimo**. Siempre debe usarlo durante el sueño, después de las comidas y al realizar esfuerzos físicos. También le ayudará en los ataques de tos, al expectorar y en los casos de ansiedad. Si lo necesita, puede usarlo durante las 24 horas del día.
- No modifique la dosis (flujo de oxígeno) recomendada por su médica o médico. El exceso de oxígeno también puede ser perjudicial.
- Evite interrumpir la administración de oxígeno durante más de 90-120 minutos.
- **¡Aproveche todo el tiempo que esté en casa!**
- Nadie debe fumar en la habitación donde esté usted o la fuente de oxígeno.
- En caso de incendio, cierre inmediatamente la fuente de oxígeno.
- A través de gafas nasales el oxígeno llegará a sus pulmones. Son cómodas. Le permiten comer, hablar y toser mientras las usa. Necesita lavarlas y limpiarlas todos los días. Si tiene problemas en la nariz, podrá utilizar una mascarilla.
- Hay empresas encargadas de llevar el oxígeno hasta su casa. También están pendientes del mantenimiento y de reponer las piezas desgastadas.
- Le facilitarán un teléfono de contacto para casos de dudas. Téngalo a mano.



Para suministrar el oxígeno hay tres tipos de aparatos (fuentes de oxígeno).

BOMBONA DE OXÍGENO

Son bombonas llenas de oxígeno. La capacidad puede ser de 6, 12 y 30 L. Pesan mucho y necesitan cambiarse con frecuencia. Normalmente, son de reserva por si se apaga la luz.

Tenga cuidado al moverla para que no se caiga. Hágalo siempre en posición vertical.

Abra las válvulas con cuidado y despacio. Así evitará salidas bruscas de gas.

CONCENTRADOR DE OXÍGENO

- Este aparato extrae oxígeno del aire y lo concentra. Necesita estar conectado a la corriente eléctrica para funcionar. Conéctelo 10-15 minutos antes de usarlo.
- Colóquelo a 20 cm de la pared. Así permitirá la entrada de aire.
- Dispone de ruedas para moverlo.
- Es ruidoso. Para amortiguar el ruido, ponga debajo una alfombra o manta o sitúelo en otra habitación.
- Es conveniente disponer de una bombona para casos de corte de luz.
- Cada semana limpie el filtro con agua y jabón.

OXÍGENO LÍQUIDO

- Estos aparatos tienen una parte fija y otra portátil. La parte fija es un recipiente de 30 L que dura 8-10 días. A partir de este recipiente se cargan pequeños envases portátiles (mochilas). Así puede estar fuera de casa durante 6-7 horas.
- Mantenga siempre la mochila en posición vertical.
- El oxígeno líquido es muy frío. Si lo toca, puede producirle quemaduras en la piel.
- Estos aparatos hay que colocarlos siempre lejos del calor (cocina, hornos, estufas, etc.).
- **Nadie debe fumar en la habitación donde se encuentra el aparato.**
- En caso de incendio, cierre inmediatamente la fuente de oxígeno.
- A través de **gafas nasales**, el oxígeno llegará a sus pulmones. Son cómodas. Le permiten comer, hablar y toser mientras las usa. Necesita lavarlas y limpiarlas todos los días. Si tiene problemas en la nariz, podrá utilizar una mascarilla.

¿Cuándo consultar a su médico/a de familia?

- Cuando tenga más dificultad para respirar.
- Cuando tenga fiebre.
- Cuando aumente la cantidad y el color del moco.

¿Dónde conseguir más información?

- <https://www.separ.es/?q=node/728>
- <http://www.cun.es/enfermedades-tratamientos/cuidados-casa/oxigenoterapia-domiciliaria>
- http://www.husc.es/especialidades/neumologia/informacion_a_pacientes/pacientes_con_oxigenoterapia_cronica_domiciliaria
- <http://www.msmanuals.com/es-es/hogar/trastornos-del-pulmón-y-las-v%C3%ADas-respiratorias/rehabilitación-en-las-enfermedades-pulmonares-y-de-las-v%C3%ADas-respiratorias/tratamiento-con-ox%C3%ADgeno-oxigenoterapia>