

função respiratória (por exemplo, a pletismografia), análises ao sangue, radiografias ou TC (tomografia computadorizada - também conhecida como TAC) do tórax.

Tratável

A DPOC é uma doença tratável. Sabemos que pode afetar seriamente todas as partes da vida, especialmente à medida que a doença progride.

Saber o que pode fazer para aliviar os seus sintomas e controlar a sua condição pode realmente ajudá-lo a aproveitar ao máximo a vida.

Existem pequenas mudanças simples que pode fazer para realmente melhorar sua qualidade de vida.

Os **conselhos** da equipa de saúde irão ajudá-lo não apenas a melhorar a sua respiração, mas também a retardar a progressão da doença, para que viva melhor.



Autores: Enfª. Isabel Gomes, Dr. Pedro Leuschner

O NEDResp pretende rever periodicamente os prospetos. Agradecemos que qualquer sugestão de melhoria nos seja enviada através do email nedresp@spmi.pt



Diagnóstico

Viver com DPOC

Versão 1.0
Maio 2023

TÓPICOS

Obstrução

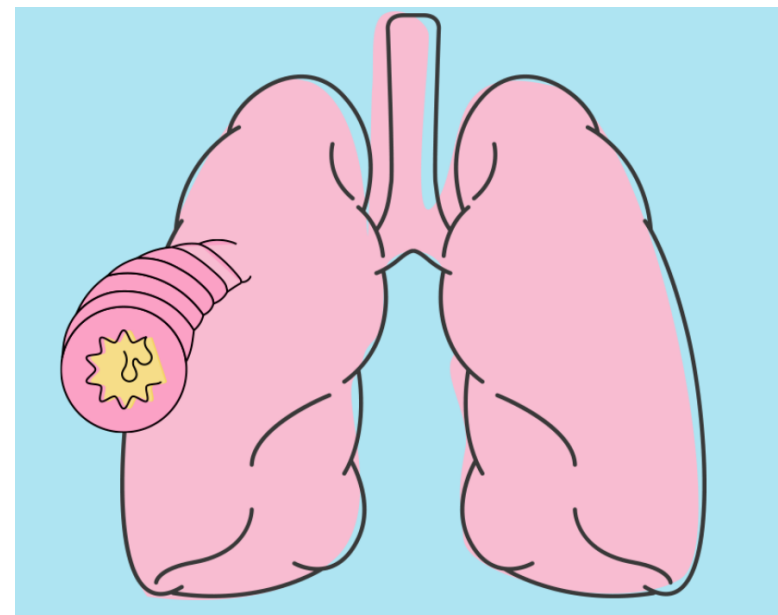
A obstrução ao fluxo expiratório é uma das características mais importantes na DPOC.

Sintomas

Afeta maioritariamente os pulmões e a sua capacidade de respirar.

Tratável

A DPOC é uma doença comum, evitável e tratável.



Conhecer melhor a sua doença pode ajudá-lo a sentir-se mais confiante e seguro.

A doença pulmonar obstrutiva crónica (DPOC) é uma doença crónica, progressiva e tratável dos brônquios e pulmões. Os doentes com DPOC têm todos algum grau de falta de ar (dispneia) e alterações típicas da função respiratória. Apesar de algumas pessoas predominar o **enfisema pulmonar** e noutras a **bronquite** crónica, todas apresentam dificuldade respiratória—sobretudo expiratória.

Para viver melhor com a DPOC, deve compreender a doença, reconhecer os seus sintomas, e estar preparado para agir em caso de agravamento.

DOENÇA

os pulmões sofreram algum tipo de dano. É possível tratar os seus sintomas

PULMONAR

localiza-se nos pulmões

OBSTRUTIVA

a capacidade de introduzir e expelir o ar dos pulmões está afectada pelo bloqueio ou obstrução

CRÓNICA

significa que a doença é duradoura e está sempre presente

Obstrução

A DPOC resulta do estreitamento (bloqueio ou obstrução) persistente das vias aéreas, que ocorre com o enfisema, bronquite obstrutiva crónica ou ambos. É provocada por uma resposta exagerada do organismo a algumas partículas inaladas ou a gases nocivos, a maior parte provenientes do tabaco (cerca de 90%), mas também de lareiras e de fogões a lenha ou carvão, entre outros.



É provocada por uma resposta exagerada do organismo a algumas partículas inaladas ou a gases nocivos, a maior parte

provenientes do tabaco (cerca de 90%), mas também de lareiras e de fogões a lenha ou carvão, entre outros.

Sintomas

A DPOC caracteriza-se por sintomas respiratórios persistentes:

- Cansaço ao realizar esforço, com dificuldade em respirar;
- Tosse, com ou sem expectoração;
- Ruídos ao respirar: pieira ('chiadeira', 'gatinhos no peito').

Sensação de **falta de ar** (dispneia)

Um dos sintomas mais importantes e que vai agravando ao longo do tempo. É responsável pela incapacidade e pela limitação na vida diária.



Tosse

A tosse pode acontecer durante todo o dia, mas ocorre principalmente durante a manhã.



Expetoração/catarro

A presença de uma eliminação quase constante de secreções respiratórias, que podem apresentar diferentes características ao longo do tempo e que podem ser expelidas juntamente com a tosse.

Respiração ruidosa (pieira)

A pieira trata-se de um som agudo que surge quando a passagem de ar nos brônquios é turbulenta.

Como se diagnostica a DPOC?

Tudo começa com um teste que se chama **espirometria**. Além de permitir confirmar o diagnóstico da DPOC, é também o exame mais informativo da função respiratória. É um exame simples e não invasivo, que não envolve qualquer risco para si.

Após confirmar-se o diagnóstico, o seu médico pode considerar necessário realizar outros **exames**, como estudos adicionais da

