

INFORMACIÓN PARA EL PACIENTE · TÓRAX Y RESPIRACIÓN

Falta de aire

EM Orbit

Usted acudió al servicio de urgencias porque tenía falta de aire. El médico lo examinó y le hizo pruebas, y es seguro que se vaya a casa. Esta hoja explica cómo cuidarse y cuándo volver.

¿Qué es?

La falta de aire significa sentir que no le llega suficiente aire. Tiene muchas causas, como el asma, una infección de pecho, una enfermedad pulmonar, un problema del corazón o la ansiedad. El médico le habrá dicho hoy la causa más probable. A veces la causa no se encuentra enseguida y se programan más pruebas después.

Cómo cuidarse en casa

- Siéntese erguido o inclínese hacia delante con los brazos apoyados en una mesa si le falta el aire.
- Respire despacio, inspirando por la nariz y soltando el aire por la boca con los labios fruncidos.
- Descanse y aumente su actividad poco a poco a medida que se sienta mejor.
- No fume, y manténgase alejado del humo y del polvo.
- Lleve siempre con usted una lista de sus medicamentos y de su diagnóstico.

Medicamentos

- Use sus inhaladores u otros medicamentos exactamente como se los recetaron. Siga las instrucciones del envase o de su médico.
- Pida a su médico o farmacéutico que revise cómo usa el inhalador; una cámara espaciadora puede ayudar.
- No deje ninguno de sus medicamentos habituales salvo que su médico se lo haya dicho.

Seguimiento

- Acuda a su médico de familia o centro de salud en 2 a 3 días, o como se le haya aconsejado.
- Acuda a las citas o pruebas que le hayan programado hoy.

Vuelva a urgencias o llame a una ambulancia de inmediato si:

- **Dificultad repentina o intensa para respirar**
- **Falta de aire con dolor en el pecho o labios azulados**
- **No puede hablar con frases completas**
- **La respiración sigue empeorando incluso en reposo**
- **Tos con sangre**
- **Desmayo, confusión nueva o mucho sueño**

Escanee para leer esta hoja en su teléfono

Este folleto es información general que apoya los consejos que le dio hoy su médico o enfermera. No los sustituye. Si está preocupado, busque ayuda médica. Traducido del original en inglés; prevalece la versión inglesa.