

TINC DIFICULTAT PER RESPIRAR. NECESSITO OXIGEN DE MANERA CONTINUADA?



Si tens dificultat per respirar, però no compleixes els criteris d'insuficiència respiratòria, l'oxigenoteràpia continua domiciliaria de més de 15 hores diàries no t'aportarà beneficis.

Què són la dispnea i la insuficiència respiratòria?

La dispnea és la sensació subjectiva de falta d'aire o de dificultat per respirar. És el símptoma més comú en malalties respiratòries, tot i que també es pot donar en altres malalties. Per millorar aquesta situació, cal identificar-ne la causa i tractar-la.

De vegades, s'hi apliquen tècniques per millorar la salut dels pulmons, com l'exercici aeròbic (caminar, bicicleta o natació, entre d'altres), o per relaxar la ment, com la meditació o les respiracions diafragmàtiques. En altres, en canvi, cal prendre algun medicament.

Tot i així, la insuficiència respiratòria va un pas més enllà. A més de la dificultat respiratòria, l'intercanvi de gasos no es fa de manera adequada al cos, per la qual cosa la sang no té prou oxigen o bé té massa diòxid de carboni. En aquest cas, sí que és necessària l'oxigenoteràpia.



Per què no es recomana l'oxigenoteràpia continua domiciliaria (>15 h) quan no hi ha criteris d'insuficiència respiratòria?

S'ha comprovat que l'oxigenoteràpia continua domiciliaria de més de 15 hores pot allargar la vida als pacients amb insuficiència respiratòria, millorar la seva tolerància a l'exercici i prevenir un empitjorament de l'estat de salut en general. Ara bé, en persones que no compleixen aquests criteris, s'ha comprovat que no millora el seu estat de salut, no alleugereix la dificultat de respirar i tampoc millora la qualitat de vida.

Així mateix, se sap que el tractament amb oxigen pot tenir riscos per al pacient, com ara la hipercàpnia (acumulació excessiva de diòxid de carboni a la sang). D'altra banda, el tractament amb oxigen és car i té una implicació emocional elevada, pel fet que necessita moltes cures. Per això, només s'ha de prescriure en casos en què, realment, sigui beneficiós per al pacient i millori la capacitat de respirar.

Informació complementària

- Essencial identifica pràctiques clíniques de poc valor i fa recomanacions per tal d'evitar-ne la realització.
- Aquesta recomanació es fonamenta en l'evidència científica i s'ha elaborat amb el suport de la Societat Catalana de Pneumologia (SOCAP) i el Consell Consultiu de Pacients de Catalunya.
- Per a més informació visita el web Essencial (<http://essencialsalut.gencat.cat>) o truca al 061 CatSalut Respon.

Aquesta fitxa és una recomanació adreçada a la ciutadania per ajudar-la a entendre decisions preses en atenció sanitària. No és de compliment obligat ni substitueix el judici clínic del personal sanitari en cada cas particular.