



# MEDICACIÓN

# Diferentes medicaciones para diversos objetivos

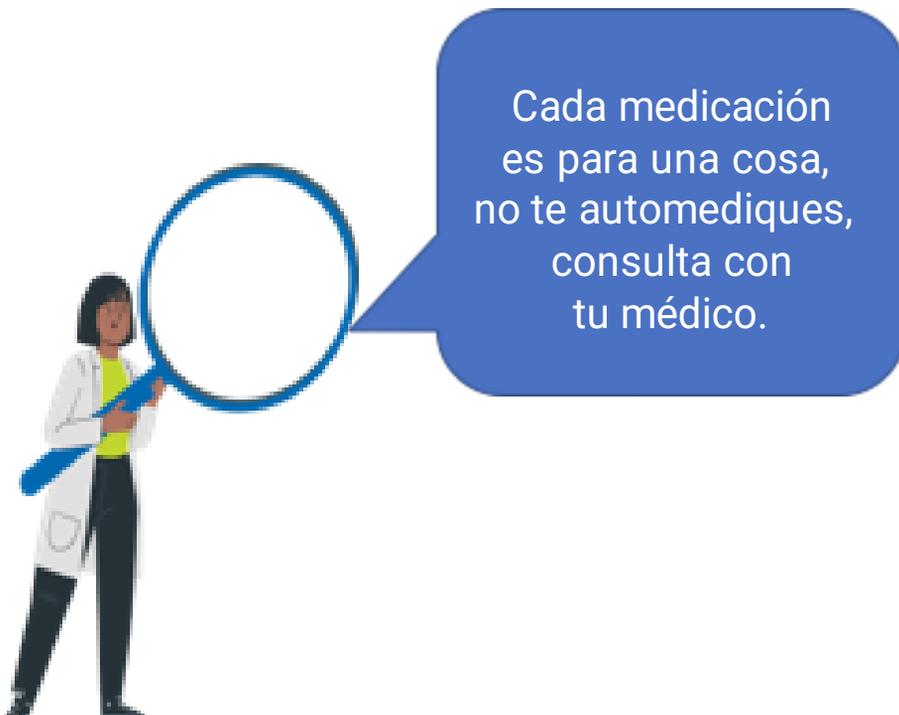
La medicación utilizada para el tratamiento de las patologías respiratorias puede ser de diferentes tipos, en función de lo que se pretenda conseguir:

**Antibióticos:** Combatir infecciones

**Mucolíticos:** Fluidifican secreciones para eliminarlas

**Antitusivos:** Disminuir la tos.

**Broncodilatadores:** Abrir vías respiratorias



Cada medicación es para una cosa, no te automediques, consulta con tu médico.

# Tipos de broncodilatadores

Existen dos tipos:

## 1) De mantenimiento:

Utilización diaria.

Actúa tras pasar un tiempo desde su administración.  
Su efecto dura más de 12 horas.

## 2) De rescate:

Uso cuando hay síntomas, durante las crisis.

Actúa de manera inmediata tras tomarlo.

Su efecto dura unas horas.



Recuerda, el  
inhalador de  
rescate sólo  
es para las crisis.

# Administración de los broncodilatadores

Esta medicación se administra como **terapia inhalada** porque así actúa directamente sobre la vía aérea.

Si la tomáramos como una pastilla o jarabe, la medicación llegaría al aparato digestivo, donde se digiere. De ahí pasaría a la sangre que la llevaría hasta los pulmones.



# Tipos de terapia inhalada



- **Inhaladores de cartucho presurizado**

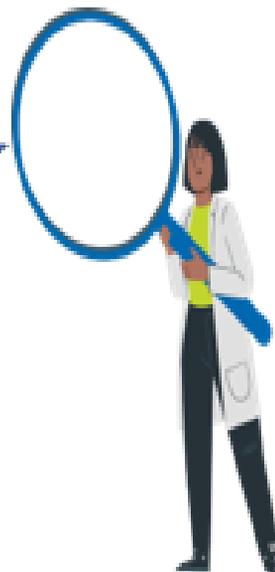


- **Inhaladores de polvo seco**



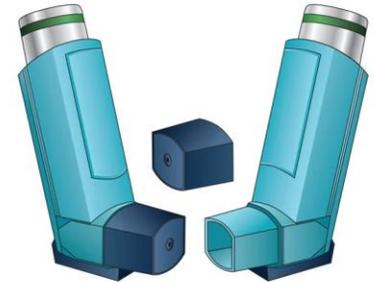
- **Nebulizadores**

Es posible que no utilices todos,  
lo que tienes que tener en cuenta es  
que cada uno se utiliza de  
una forma diferente que tienes que  
aprender.



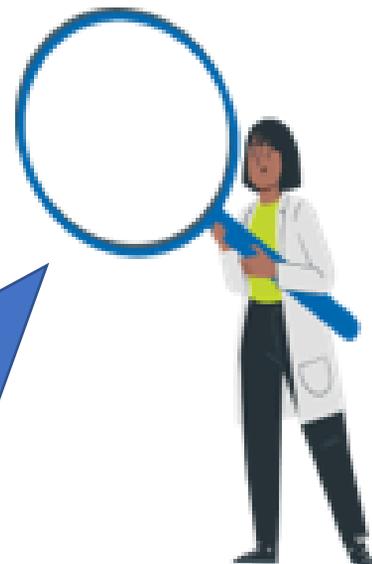
# Cartucho presurizado

1. **Agita** el cartucho.
2. **Quita la tapa.**
3. **Vacía tus pulmones.**
4. Introduce la **boquilla en tu boca.**
5. Comienza a hacer una **inspiración lenta.**
6. **Pulsa el inhalador** mientras continúas tomando aire.
7. **Aguanta la respiración** durante unos 10 segundos.
8. **Vacía tus pulmones.**
9. Si tienes que tomar más de una dosis **repite de nuevo el proceso.**



Tienes que pulsar inhalador sin parar de coger aire.

Para facilitar su utilización puedes usar una cámara espaciadora.



# Cámara espaciadora

1. **Agita** el cartucho.
2. **Quita la tapa.**
3. **Pon el inhalador en la cámara.**
4. **Vacía tus pulmones.**
5. Introduce la **boquilla en tu boca.**
6. **Pulsa el inhalador** y haz varias respiraciones a través de la cámara.
7. **Aguanta la respiración** durante unos 10 segundos.
8. **Vacía tus pulmones.**
9. Si tienes que tomar más de una dosis **repite de nuevo** el proceso.
10. Las respiraciones a través de la inhalocámara **deben ser lentas.**



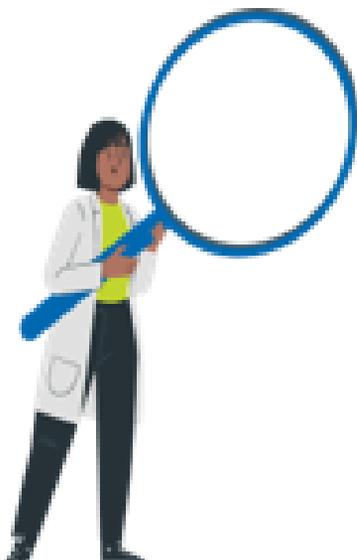
Usar la cámara espaciadora con los inhaladores de tipo cartucho presurizado te ayudará a tomar la medicación correctamente. Si tienes dudas sobre su utilización puedes consultar con tu Coach HappyAir.



# Cuidados de la cámara espaciadora

Tras la toma de medicación con cámara:

- **Quita el inhalador** de la cámara.
- **Tapa el inhalador y guárdalo** en un lugar seco hasta el siguiente tratamiento.
- **Lava la cámara espaciadora**, al menos una vez al mes. Para ello, sumergirla en agua templada con jabón unos minutos, enjuagarla y dejarla secar al aire.



No dejes la medicación cerca de fuentes de calor porque al ser aerosoles podrían explotar.

# Polvo seco

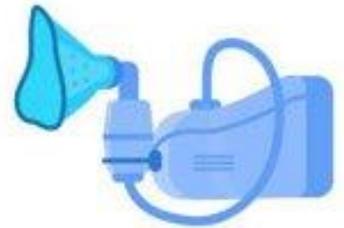
1. **Carga el dispositivo.**
2. **Quita la tapa.**
3. **Vacía tus pulmones.**
4. Introduce el **inhalador en tu boca.**
5. **Aspira fuertemente.**
6. **Aguanta la respiración** durante unos 10 segundos.
7. **Vacía tus pulmones.**
8. Si tienes que tomar más de una dosis **repite de nuevo el proceso.**



En este inhalador tienes que aspirar fuertemente, no sirve con hacer una inspiración normal

# Nebulizador

1. **Monta** el kit de nebulización.
2. Pon la **medicación en el depósito**.
3. Colócate la **mascarilla o** introduce la **boquilla en tu boca**.
4. **Enciende el nebulizador**.
5. **Respira por la boca** hasta que se termine el medicamento.

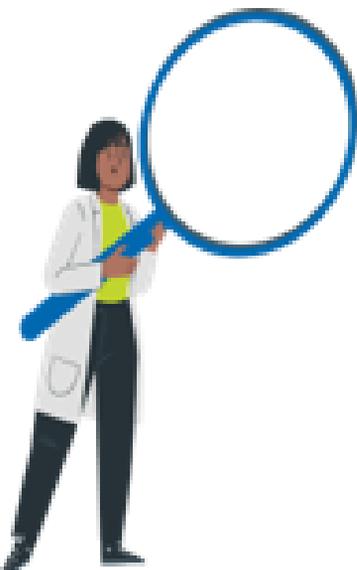


Transforman la medicación en un aerosol.

Para utilizarlos necesitas enchufarlo.

Se puede tardar hasta 30 minutos en tomar la medicación, así que paciencia.

Si tienes dudas sobre cómo limpiarlo consulta con tu coach.



# Lo más importante

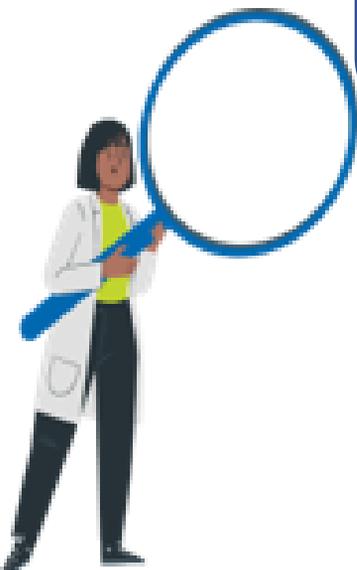
- La medicación de mantenimiento es la que controla tu asma.
- El inhalador de rescate **SOLO** debe utilizarse para tratar las crisis.
- **El sobreuso del inhalador de rescate es perjudicial para tu salud, no lo uses a diario.**



# No te olvides

- Si necesitas hacer varias tomas repite el proceso entero dejando un minuto entre una y otra.
- **Después de tomar tu medicación enjuágate la boca con agua con un poco de bicarbonato o lávate los dientes.**

Si ves que la medicación no te hace puede ser que la estés tomando mal. Consulta con tu médico o coach para solucionar el problema.





**HappyAir es una iniciativa de Fundación Lovexair**

Paseo de las Delicias, 30. Madrid, 28045 - España

Teléfono: (+34) 91 822 78 74 - Email: [info@happyair.org](mailto:info@happyair.org)

[www.lovexair.com](http://www.lovexair.com)