¿Por qué me han recetado oxígeno suplementario?

Pulmonary™ Fibrosis Foundation

AARC American Association for Respiratory Care

¿Por qué me han recetado oxígeno suplementario?

Las personas que tienen enfermedades pulmonares suelen tener niveles de oxígeno en la sangre inferiores a lo normal. Cuando el nivel baja al 88% o menos, el profesional de la salud puede indicar oxígeno suplementario. Los beneficios pueden ser:

- Reducir la falta de aliento
- Aumentar la posibilidad de llevar un estilo de vida activo
- Ayudar a reducir el esfuerzo de otros órganos

El oxígeno no causa adicción. Utilícelo como se lo recete el profesional de la salud.

¿Qué incluye mi receta de oxígeno?

1. Cuándo debe utilizar el oxígeno (al dormir, en descanso, al hacer actividades o en altura)
2. Cuánto oxígeno se necesita para cada actividad (ajuste numérico o flujo en litros)
3. Qué tipo de equipamiento para oxígeno se adapta mejor a su estilo de vida y sus necesidades de oxígeno

Hay muchos sistemas de administración de oxígeno disponibles. Lo que reciba estará determinado por su estilo de vida, el nivel de oxígeno que el profesional de la salud le indique y lo que esté disponible a través de la empresa proveedora de oxígeno. Antes de firmar un contrato de Medicare con una empresa proveedora de oxígeno, consulte al profesional de la salud para asegurarse de que el equipamiento ofrecido por el proveedor es adecuado para usted.

Acabo de recibir mi equipamiento de oxígeno. ¿Qué hago ahora?

Asegúrese de haber recibido todo el equipamiento que el profesional de la salud le recetó, que puede incluir los artículos siguientes.

LISTA DE COMPROBACIÓN

☐ **Concentradores de oxígeno estáticos**

Los concentradores estáticos concentran oxígeno del aire en una forma más pura de oxígeno. Funcionan con electricidad y no suelen ser portátiles. Estas unidades están diseñadas principalmente para el hogar o la oficina.

☐ **Concentradores de oxígeno portátiles (*Portable Oxygen Concentrator*, POC)**

Los POC son concentradores más pequeños diseñados para su uso al caminar y al hacer actividades fuera de casa. Las unidades van de 3 libras (se cuelgan al hombro) a 25 libras (se arrastran sobre ruedas). En general, cuanto más pequeña sea la unidad de oxígeno, menor será la cantidad de oxígeno administrada (flujo en litros o ajustes de pulsaciones) y menos durará la batería. Los POC se pueden recargar en un enchufe de pared o con la batería del automóvil.

☐ **Tanques de oxígeno**

Son tanques de color verde y plateado (de aluminio) llenados con oxígeno. Pueden ser muy grandes o lo suficientemente pequeños para caber en una mochila. Algunos tanques comprimidos pueden llenarse en casa con un sistema de llenado por concentrador, que habitualmente se llama unidad de «trans-llenado». Al igual que los POC, cuanto más pequeño sea el tanque, más limitada es la cantidad y duración del oxígeno.

☐ **Oxígeno líquido**

Es oxígeno que se ha superenfriado y ha tomado forma líquida. El oxígeno líquido se conserva en un tanque que parece un termo grande. A medida que el oxígeno se calienta, vuelve a su estado gaseoso y se puede utilizar. Los tanques de reserva de oxígeno líquido estáticos se usan en el hogar y pueden llenar un tanque portátil más pequeño para usarlo fuera de casa. Con un peso de 3 a 11 libras, estos tanques administran flujos continuos más altos que los POC. No todas las empresas proveedoras de oxígeno ofrecen oxígeno líquido.

☐ **Cánula y tubos**

Todos los sistemas estáticos se conectan con tubos (25 o 50 pies) para su uso. El oxígeno fijado a más de 6 litros por minuto utiliza tubos especiales de «flujo alto». La parte que va en la nariz se conoce como cánula. Quienes necesitan velocidades de flujo altas utilizan una mascarilla pequeña colocada sobre la nariz y la boca en vez de una cánula.

☐ **Aparato conservador de oxígeno** (***Oxygen Conserving Device*, OCD**)

Este aparato administra oxígeno por flujo de pulsación o a demanda. Conserva oxígeno al administrarlo solamente durante la respiración y apagándose hasta la próxima respiración.

☐ **Regulador y medidores de flujo**

Los reguladores y medidores de flujo tradicionales administran oxígeno en flujo continuo.

Asegúrese de obtener las instrucciones para operar el equipamiento, incluyendo cómo:

☐ Encenderlo y apagarlo
☐ Asegurarse de que el oxígeno esté fluyendo
☐ Acoplar un medidor de flujo y/u OCD y ajustar las velocidades de flujo
☐ Comprobar si hay oxígeno en el tanque
☐ Saber cuando el tanque esté vacío
☐ Acoplar un humidificador (si es necesario)
☐ Entender su receta, incluido cuánto oxígeno (litros por minutos o ajuste de pulsaciones) se ha indicado y cuáles son los ajustes para descanso, esfuerzo y dormir
☐ Ponerse la cánula correctamente
☐ Saber cuánto dura la batería del POC y cómo prolongarla

- [ ] Mantener y cuidar su equipamiento
- [ ] Tomar precauciones de seguridad



Asegúrese de saber a quién llamar si tiene problemas con el equipamiento o las entregas.

Conozca sus derechos. Si sigue teniendo problemas con su equipamiento, servicio o reembolsos, llame al **1-800-MEDICARE** (633-4227) y alguien le pondrá en contacto con un Defensor de adquisiciones competitivas (*Competitive Acquisition Ombudsman*, CAO).

¿Cuál es la diferencia entre flujo continuo y flujo por pulsación o a demanda?

Flujo continuo significa que el oxígeno fluye continuamente a la nariz a través de la cánula nasal. Con **el flujo por pulsación o a demanda**, hay un regulador especial que siente la inhalación y SOLO administra una pulsación de oxígeno al inhalar, permitiendo así que los tanques y las baterías duren más.

Los ajustes para el flujo continuo y por pulsación se prescriben en forma de número (1, 2, 3, etc.). Un ajuste de flujo continuo de 2, 3 o 4 litros por minuto no es lo mismo que un ajuste por pulsación o a demanda de 2, 3 o 4.

¿Cómo utilizo el oxígeno sin peligro?

- Evite las llamas, chispas, cigarrillos, cerillas, encendedores, cocinas de gas, llamas piloto, secadores de pelo (usar la opción de aire frío solamente) y los cables eléctricos desgastados.
- Recuerde que el oxígeno no es inflamable ni explota por sí solo, pero hace que el fuego arda más rápido.
- Ponga un cartel en su puerta que diga que se está utilizando oxígeno.
- Mantenga los tanques en posición vertical. NO utilice tanques rotos o resquebrajados. NO guarde los tanques en un armario, a la luz directa del sol ni cerca de fuentes de calor.
- NO se ponga ungüentos grasos (petrolato) en los labios, la nariz o la cara, como ChapStick, Vaseline o Blistex. Busque en internet lubricantes nasales diseñados para usuarios de oxígeno.

¿Por qué se necesita oxígeno?

Cada célula del organismo necesita oxígeno para funcionar. El oxígeno pasa de los pulmones a la sangre, que lo transporta al resto del cuerpo. El nivel de oxígeno se puede medir con un dispositivo que se coloca en la yema del dedo llamado pulsioxímetro, o sacando una muestra de sangre.

¿Cómo sé si estoy recibiendo suficiente oxígeno?

El profesional de la salud que lo atiende puede recomendarle un pulsioxímetro para vigilar sus niveles de oxígeno en casa. Pregunte cuál debe ser su nivel objetivo de oxígeno. Si el profesional de la salud se lo indica, puede ajustar el flujo de oxígeno dependiendo de lo que esté haciendo para mantener su nivel en el intervalo recomendado.

- Algunas personas necesitan oxígeno las 24 horas. Otras tal vez no necesiten oxígeno al estar sentadas, pero pueden necesitar flujos más altos al realizar actividades.
- Algunas personas necesitan oxígeno mientras duermen.
- Cuando vaya a viajar en avión o estar a mayor altitud, pregunte si va a necesitar oxígeno o diferentes ajustes.
- Las aerolíneas solo permiten llevar oxígeno con aparatos especiales y exigen una receta médica.
- Tome precauciones para evitar quedarse sin oxígeno o sin batería.

Para obtener más información, contactar a:

Pulmonary Fibrosis Foundation™

pulmonaryfibrosis.org
help@pulmonaryfibrosis.org
844.TALKPFF (844.825.5733)

AARC American Association for Respiratory Care

aarc.org
972.243.2272
info@aarc.org

v0123

© 2018 AARC y Pulmonary Fibrosis Foundation. Todos los derechos reservados.