6 Espirometría domiciliaria

Debe saber...

Nos permite llevar el control de la función pulmonar y por lo tanto puede detectar precozmente la aparición de complicaciones.

La espirometría se realiza de manera protocolizada en los laboratorios de función pulmonar, pero algunas unidades de trasplante suministran equipos espirométricos portátiles para que los pacientes la realicen en su casa.

Recomendaciones

- Debe realizar la espirometría 2 veces al día (mañana y tarde-noche) efectuando 3 maniobras cada vez.
- No es necesario estar en ayunas, pero es preferible no tomar comidas abundantes o realizar ejercicio vigoroso antes de empezar la espirometría.
- Anote en su diario el valor máximo alcanzado de FVC y FEV1 de las tres maniobras que ha realizado.
- Lleve siempre consigo el maletín del espirómetro, no debe saltarse ninguna de las mediciones pues es beneficioso para usted.

Maniobra espirométrica

1. Espiración larga, es decir, vacíe los pulmones echando el aire por la boca de forma prolongada, hasta que ya no pueda más.
2. Inspiración profunda: coja todo el aire que pueda por la boca hasta tener los pulmones completamente llenos.
3. Coloque ahora el espirómetro en su boca, ajustando sus labios en torno a la boquilla.

4. Espiración forzada y prolongada: expulse el aire a través de la boquilla comenzando tan fuerte y rápido como le sea posible hasta que ya no pueda sacar más aire (como mínimo 6 segundos).

Limpieza y desinfección

Es muy importante la limpieza exhaustiva de dichos equipos para prevenir la aparición de infecciones.

- Diariamente deberá pasar un trapo húmedo por la superficie del espirómetro.
- Si el espirómetro consta de una turbina debe limpiarla en profundidad.
- Deberá cambiar las boquillas de cartón cuando estén deterioradas.