

# Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD)

COPD is a group of lung diseases that block the flow of air as you breathe out or exhale. Some of the most common diseases include:

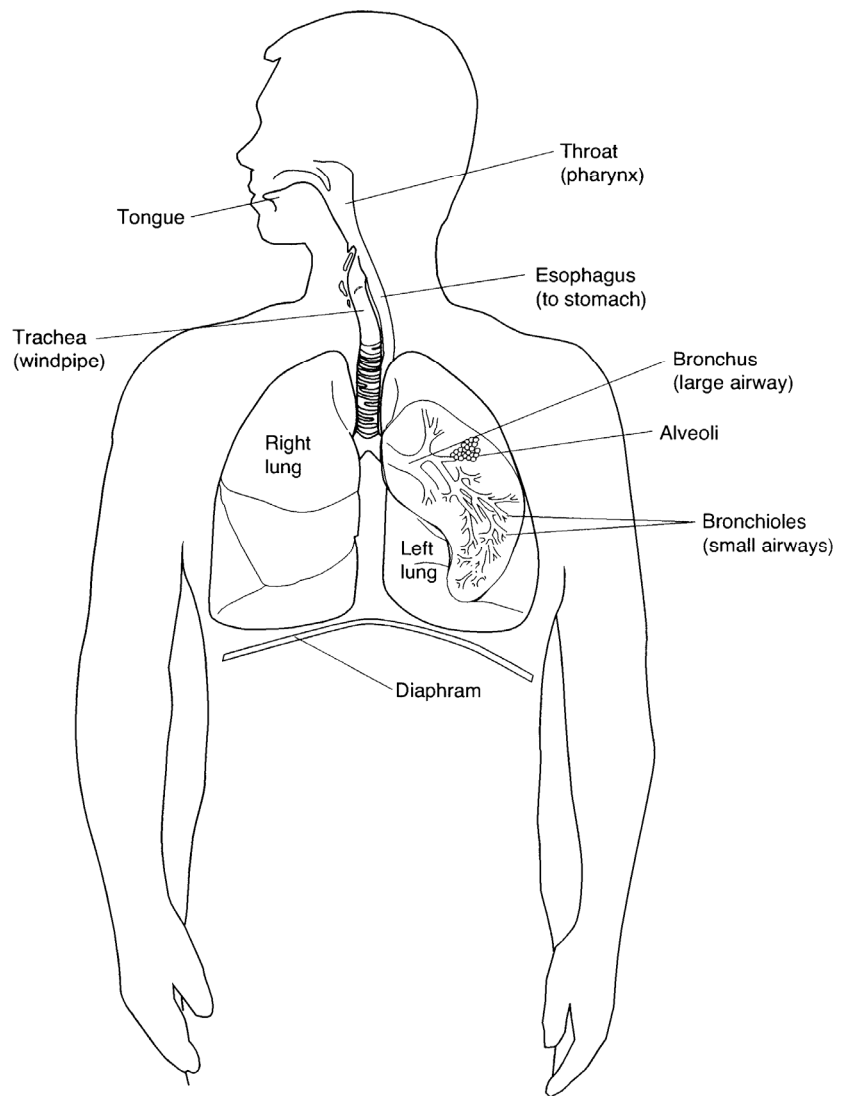
- Emphysema
- Chronic bronchitis
- Asthma

Air needs to move in and out of your lungs to meet your body's needs. When the flow of air out of the lungs is blocked, stale air becomes trapped in the lungs. This makes it harder for the lungs to get enough oxygen to the rest of the body.

## **Causes**

The leading causes of COPD are:

- Smoking
- Working in a polluted environment
- Second hand smoke



# Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC)

A DPOC envolve um grupo de doenças pulmonares nas quais ocorre bloqueio do fluxo de ar quando você solta ou expira o ar dos pulmões. Algumas das doenças mais comuns são:

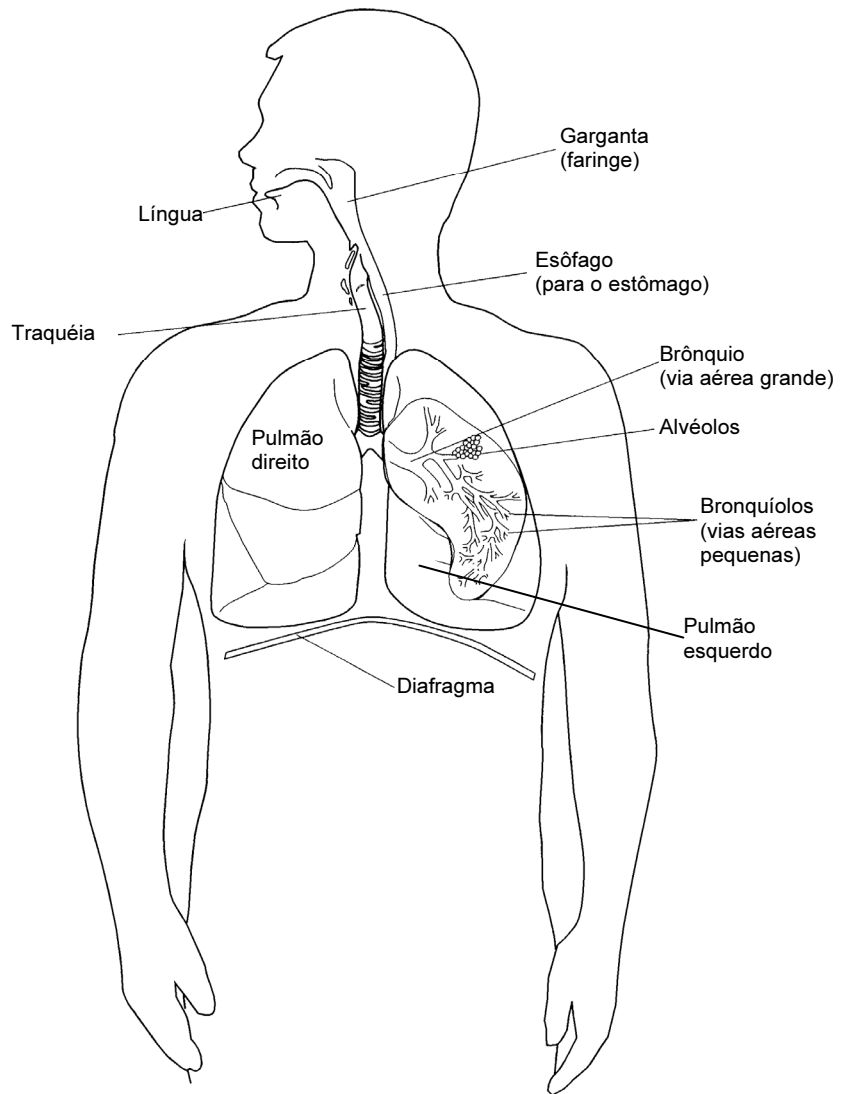
- Enfisema
- Bronquite crônica
- Asma

O ar precisa entrar e sair dos pulmões para atender às necessidades do organismo. Quando a expiração é bloqueada, ar estagnado fica preso nos pulmões, tornando difícil para os pulmões obter oxigênio em quantidade suficiente para o resto do corpo.

## **Causas**

As principais causas da DPOC são:

- Fumo
- Trabalhar em ambiente poluído
- Fumante passivo



## Signs

The signs of COPD are:

- Coughing
- Wheezing
- Feeling short of breath

These signs can be serious enough to affect your daily activities.

## Your Care

Your doctor will do a medical exam and order tests such as:

- Chest x-ray
- CT scan
- Blood test
- Pulmonary function test

The damage to your lungs from COPD cannot be reversed and there is no cure. With the help of your health care team, you can manage the disease to slow its progress. To manage your COPD:

- Stay active.
- Quit smoking.
- Maintain a healthy weight.
- Eat a balanced diet.
- Drink a lot of fluids.
- Control stress.
- Take your medicines such as inhalers, steroids and antibiotics as ordered.
- Do home oxygen therapy if ordered.
- Attend a pulmonary rehab program to learn about COPD and exercise to improve your health.

**Talk to your health care team about your questions and concerns.**

## **Sinais**

Os sinais de DPOC são:

- Tosse
- Chiado
- Falta de ar

Esses sinais podem ser tão graves a ponto de interferirem em suas atividades diárias.

## **Seu tratamento**

Seu médico fará um exame médico e pedirá exames como os apresentados a seguir.

- Radiografia de tórax
- Tomografia computadorizada
- Exame de sangue
- Teste da função pulmonar

Não é possível reverter os danos causados nos pulmões pela DPOC e não existe cura para a doença. Com a ajuda da equipe de profissionais de saúde responsável pelo seu tratamento, é possível controlar a doença e desacelerar a progressão da mesma. Para controlar a DPOC:

- Mantenha-se ativo.
- Pare de fumar.
- Mantenha um peso saudável.
- Consuma uma dieta balanceada.
- Beba muito líquido.
- Controle o estresse.
- Use os medicamentos como inaladores, esteróides e antibióticos de acordo com as instruções do médico.
- Faça oxigenoterapia domiciliar, se o médico prescrever.
- Freqüente um programa de reabilitação pulmonar para aprender mais sobre a DPOC e exercícios para melhorar sua saúde.

**Converse com os profissionais da equipe que cuida de sua saúde sobre dúvidas e preocupações.**

7/2007. Developed through a partnership of Mount Carmel Health, Ohio State University Medical Center and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at [www.healthinfotranslations.org](http://www.healthinfotranslations.org).

Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD). Brazilian Portuguese.