

Oxigenoterapia: en el hospital, después de la cirugía y en casa

¿Por qué necesito oxígeno?

El oxígeno es un gas que se encuentra en el aire. Inhalamos oxígeno cada vez que respiramos. Nuestro cuerpo necesita oxígeno para funcionar adecuadamente.

Muchas personas necesitan oxígeno adicional durante la estadía en el hospital o después de una cirugía para ayudar a sanar. Algunos pacientes necesitan oxígeno por más tiempo que otros. La duración que la necesite dependerá según sus condiciones médicas. Algunas razones comunes por las que usted necesita oxígeno son:

- Una enfermedad pulmonar o del corazón que hace difícil poder respirar.
- Medicamentos que pueden afectar su respiración
- Una enfermedad llamada atelectasia que hace que las vías respiratorias y las bolsas de aire en sus pulmones se colapsen o no se extiendan adecuadamente.
- El dolor puede que cambie su forma de respirar
- Las secreciones (líquido) o la mucosidad que bloquean las vías respiratorias.

¿Cómo sé si estoy recibiendo suficiente oxígeno?

Existen 2 manera de revisar los niveles de oxígeno:

- **Oxímetro de pulso.** Este es un dispositivo que se engancha y se coloca en el dedo o el la oreja para medir la cantidad de oxígeno en la sangre. Esta medida se llama “saturación” (SpO₂). Esto se puede realizar en casa o en el hospital.
- **Gasometría arterial.** Esta es una manera de medir la saturación con una muestra de sangre. Por lo general, la sangre se extrae de una arteria en la muñeca.

¿Qué puede hacer para respirar mejor y dejar de usar oxígeno?

Existen varias cosas que puede hacer después de una cirugía o enfermedad para ayudar a mejorar su respiración y disminuir las probabilidades que necesite oxígeno cuando regrese a casa:

- **Practique tomar respiraciones profundas y toser varias veces durante el día con un espirómetro de incentivo.** Este dispositivo le ayudará a ver cuán profundo puede respirar. La enfermera o terapeuta respiratorio le enseñarán cómo usarlo.



Un paciente usando un espirómetro de incentivo para practicar la respiración profunda

Si ha tenido cirugía en el abdomen (pansa) y duele al respirar, trate de sostener una almohada contra el abdomen mientras respira profundamente. Puede que esto le ayude a reducir el dolor.

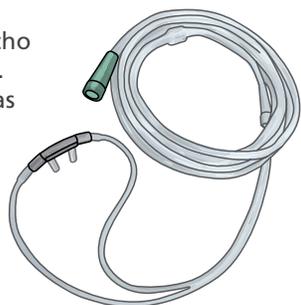
- **Camine los más pronto que pueda después de la cirugía.** Para mantenerse seguro, asegúrese que su médico o enfermera diga que está bien hacerlo y permita que el personal le ayude. Al comienzo esto es importante, ya que después de la cirugía se sentirá débil y sus medicamentos pueden causar mareos. Tener ayuda le permitirá prevenir las caídas o sufrir lesiones.

- **Siéntase derecho lo más que pueda y pase tiempo fuera de la cama.** Por ejemplo, muévase de la cama hacia la silla o silla de ruedas cada vez que pueda.

¿Cómo se administra el oxígeno?

El oxígeno puede administrarse hasta los pulmones a través de diferentes dispositivos que se adaptan a su nariz y boca.

- Una **cánula** es un tubo estrecho fabricado de plástico blando. Tiene dos aberturas pequeñas (puntas) que se colocan dentro de las fosas nasales. Puede administrar oxígeno a un ritmo de hasta 6 l/m.



- Una **cánula con reservorio** puede administrar oxígeno a un ritmo superior, de 1 a 12 l/m. Es únicamente para personas que no pueden usar una cánula o mascarilla regular, y que se van a su casa con oxígeno.



- Una **simple mascarilla facial** es un protector de plástico pequeño que se adapta a la nariz y la boca. Una banda elástica se coloca alrededor de la parte trasera de la cabeza para mantenerla en su lugar. La mascarilla tiene orificios en los lados para permitir que el aire exhalado (el aire que usted expira) se escape y entre el aire de la habitación. Puede administrar oxígeno a un ritmo de 6 a 10 l/m.



- Una **mascarilla que no permite la reentrada de aire** también se ajusta a su nariz y boca. Una pequeña bolsa, llamada **reservorio de oxígeno**, se conecta a la mascarilla. Esto permite administrar concentraciones superiores a pacientes que tienen una necesidad muy alta de oxígeno. Este dispositivo se usa cuando usted necesita 15 o más l/m de oxígeno.



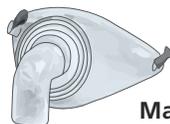
- Un **nebulizador de flujo elevado** es un dispositivo que se usa cuando se necesita una gran cantidad de oxígeno (6 o más l/m). Añade humedad al oxígeno durante la administración y también permite a su equipo de atención médica ver la cantidad de oxígeno que usted usa. Los pacientes que necesitan un nebulizador de flujo elevado generalmente tienen una **mascarilla de aerosol** o de **traqueotomía**. (Traqueotomía también se denomina "traq").



Los objetivos del nivel de oxígeno son:

- Adultos: del 90 al 94%
- Adultos con enfermedad pulmonar: del 88 al 92%
- Niños: del 90 al 95%

Mascarilla de aerosol



Mascarilla de traqueotomía



Nunca se quite el oxígeno ni quite el oxígeno a otra persona sin la ayuda de un enfermero o enfermera, o un terapeuta respiratorio.

