

Informação ao Utente

Dispneia ("Falta de Ar")

A falta de ar é um problema frequente que se pode manifestar de diferentes formas, por exemplo, pieira ("gatinhos") ou farfalheira (som de apito na respiração, como uma chaleira ou som de água a ferver no peito), tosse, respiração superficial, respiração muito rápida, etc...

Em caso de dispneia ("falta de ar") deve procurar ajuda se a criança:

- Fica cansada ao mamar, ao comer ou a falar
- Bate "as asas do nariz" ou "faz covinhas entre as costelas"
- Não sorri ou não brinca
- Não dorme calmamente
- Piora da "falta de ar" enquanto cumpre a medicação

Após a ida ao Hospital: Siga todas as indicações da equipa de saúde

- Dê de forma correta toda a medicação que o médico prescreveu;
 - Utilize de forma correta:
 - O aerossol
 - A Câmara expansora
 - O Dispositivo de pó seco
- Mantenha um ambiente calmo, com temperatura adequada (nem muito quente, nem muito frio). Não vista demasiado a criança;
- Não se esqueça de manter o nariz desobstruído lavando com soro fisiológico várias vezes ao dia e aspirando nas crianças mais pequenas,
- Mantenha a criança numa posição confortável, com cabeceira elevada. A posição semi-sentada facilita a respiração. Utilize almofadas e no caso de bebés coloque-as por debaixo do colchão. Coloque também almofada por baixo dos joelhos para não escorregar;
Nas crianças maiores a posição sentada com a cabeça apoiada, por exemplo numa mesa, é facilitadora da respiração;
- As refeições deverão ser mais frequentes e pouca quantidade de cada vez. O estômago muito cheio aumenta a dificuldade respiratória, o cansaço e há mais risco de vómitos. Não insista. Dê só o que a criança aceitar.
- A hidratação é muito importante. Ofereça água/líquidos frequentemente, mas pouco de cada vez.

Se tiver de voltar ao hospital pela falta de ar:

Não espere! Dirija-se directamente à enfermeira da triagem.