

Espirometria, preparació prèvia

L'espirometria és una prova que mesura l'estat de salut dels seus pulmons i es fa servir per ajudar a diagnosticar i controlar les malalties pulmonars.

Durant la prova, haurà d'expulsar al màxim d'aire que tingui als seus pulmons, amb la major força possible a través d'un tub connectat a un aparell anomenat espirometre.



Primer agafarà aire profundament i després bufarà fort i ràpid fins buidar completament els pulmons.

Com cal anar preparat?

Abans de la prova

- **No fumar**.
- **Evitar àpats abundants** : no cal estar en dejú. Recomanable no menjar copiosament abans de la prova.
- **Evitar begudes estimulats** : 2 hores abans: tipus cafè, te, cola
- **No fer exercici intens** les hores prèvies a la prova.
- **Portar roba còmoda**, que no oprimeixi el pit.

Medicació

- **Alguns inhaladors s'han de suspendre abans**, però això depèn del tipus:
 - De curta durada: sovint **6–8 hores abans** (*Ventolin*)
 - De llarga durada: pot ser **12–24 hores abans** (*Atrovent* i *Spiriva*)

Altres recomanacions

- Si esteu refredats/des o no us trobeu bé, **aviseu abans de fer la prova**.
- Porteu la **medicació habitual** per si cal fer una prova amb broncodilatador.

Com es fa?

El professional us preguntarà per la vostra edat, mesurarà la vostra alçada i pes. La màquina té en compte aquests factors per calcular si els seus resultats són normals o no.

També abans de fer la prova li preguntarem, si ha tingut alguna intervenció, o un problema de salut recent. I si ha pres els seus inhaladors habituals.

Durant la prova estarà assegut i relaxat davant de l'aparell. Li taparem el nas amb ajut d'una pinça nassal.

Seguidament el professional l' iniciarà que agafi el màxim d'aire que pugui a través de la boca i després el traurà tan ràpid com pugui, d'una sola bufada., fins quedar-se sense aire a dins dels pulmons.

Cal repetir aquesta prova varies vegades, per poder aconseguir una correcte realització de la prova.

El professional valorarà si cal fer la prova de broncodilatació, si aquesta és necessària li donaran un inhalador a través d'una càmera inhalatòria i, passats un temps 15-20 minuts li tornaran a repetir l'espirometria per veure si hi ha milloria.

No es podrà fer la prova si..

Contraindicacions absolutes (no fer la prova):

- **Angina inestable o infart recent**
- **Cirurgia recent** (toràcica, abdominal o ocular)
- **Pneumotòrax no resolt**
- **Hemoptisi important** (tos amb sang sense causa coneguda)
- **Aneurisma conegut no controlat** (cerebral, toràcic o abdominal)

Contraindicacions relatives (a valorar cada cas):

- **Infeccions respiratòries recents** (refredat, grip, bronquitis)
- **Dolor toràcic o abdominal important**
- **Hipertensió arterial no controlada**
- **Mareig o dificultat per col·laborar**
- **Nàusees o vòmits**
- **Embaràs avançat** (segons el cas)
- **Paràlisi facial**
- **Falta de col·laboració per part del pacient.**