



Hipertensão Pulmonar

Oxigenoterapia



MSD

INVENTING FOR LIFE



OXIGENOTERAPIA E HIPERTENSÃO PULMONAR

O oxigénio (O_2) é essencial para a vida, pelo que a sua falta compromete o bom funcionamento de todos os órgãos do corpo humano. No pulmão, a diminuição de O_2 leva à contração das suas artérias, aumentando a pressão no seu interior. Se tem Hipertensão Pulmonar (HP) e se os seus níveis de O_2 estiverem baixos, pode ser necessário recorrer à oxigenoterapia para repor os valores normais.

A oxigenoterapia de longa duração (mais de 15 horas por dia) é recomendada em doentes com HP quando a pressão parcial de O_2 no sangue arterial é consistentemente inferior a 60mmHg no repouso ou se as saturações de O_2 forem inferiores a 90%, em esforço.

Nos doentes com HP no contexto de cardiopatia congénita os critérios podem ser diferentes.

A **oxigenoterapia** é um tratamento médico que consiste na administração de O_2 suplementar, quando a sua quantidade no sangue está reduzida. Sendo um tratamento, necessita de uma receita médica, especificando quando o deve fazer e em que quantidade.

A administração de O_2 pode melhorar sintomas como o cansaço e a falta de ar. Permite melhorar a sua capacidade para realizar as suas atividades do dia a dia, tais como tomar banho, vestir-se e comer, bem como aumentar a sua tolerância ao exercício físico.



O oxigénio no domicílio é obtido a partir de uma **fonte de O_2** (cilindro ou concentrador) e é administrado através de uma **cânula nasal**, vulgarmente chamada de óculos nasais, ou de uma **máscara**, indicada em situações em que há uma necessidade de administrar maiores quantidades de O_2 .

A quantidade de O_2 necessária (medida em litros por minuto) não é igual para todos, e pode ser diferente em repouso, durante o sono ou quando faz esforços, como caminhar, tomar banho ou realizar atividades domésticas (débito em esforço).

É muito importante cumprir as quantidades que lhe são prescritas, tal como com qualquer outro medicamento.

Nunca deve alterar a quantidade ou a duração de utilização.

O O_2 não causa habituação e tem um bom perfil de segurança, se o utilizarmos como é prescrito pelo médico.

Inicialmente é feita uma avaliação rigorosa da sua situação clínica que inclui vários exames como a gasimetria arterial, a oximetria noturna e a prova de marcha de 6 minutos. Pode também ser feito o despiste de alterações do sono, como a apneia do sono.

O fornecimento de O_2 é disponibilizado por várias empresas especializadas e gratuito, se a prescrição e renovação da mesma for feita no Serviço Nacional de Saúde. Juntamente com a sua receita serão entregues os contactos destas empresas, também responsáveis pela prestação de assistência técnica, de forma regular e em caso de anomalias. Este é um apoio assegurado 24h por dia, durante 365 dias por ano.



Se necessitar de oxigenoterapia ser-lhe-á fornecido um equipamento fixo para ter em sua casa. A empresa irá fornecer-lhe uma extensão que permite chegar o O_2 a todas as divisões e assim poderá movimentar-se facilmente.

No entanto, necessitar de O_2 não significa ser obrigado a ficar em casa. De forma a proporcionar uma maior autonomia, existem equipamentos portáteis que lhe permitem sair, seja para trabalhar, ir às compras, passear e até mesmo viajar, podendo estes ser transportados pelo próprio, ou pelo seu cuidador.

No início poderá sentir-se constrangido, mas depois **vai perceber que a oxigenoterapia, ao diminuir o seu cansaço e a falta de ar**, vai permitir-lhe fazer algumas atividades que talvez já não conseguisse fazer há algum tempo e assim **melhorar a sua qualidade de vida**.

Na escolha da fonte de oxigénio são vários os aspetos considerados pela sua equipa de saúde. Estes devem contemplar o débito de O_2 e o modo prescrito, o peso e autonomia do equipamento, a facilidade no seu transporte e manuseamento, e até as condições da sua habitação.

FALE COM A SUA EQUIPA DE SAÚDE SOBRE OS TIPOS DE EQUIPAMENTO DISPONÍVEIS E QUAL SE PODE ADEQUAR MELHOR ÀS SUAS NECESSIDADES.

FONTES DE ADMINISTRAÇÃO DE OXIGÉNIO

- **Fontes fixas:** concentrador convencional, O_2 líquido e O_2 gasoso;
- **Fontes de deambulação:** concentrador portátil e O_2 líquido.



Figura: Fontes de O_2 disponíveis

FONTES DE O_2

Existem 3 fontes de O_2 :

- Concentrador convencional;
- O_2 líquido;
- O_2 gasoso.

O **concentrador convencional** é um dispositivo médico que permite extrair o O_2 do ar ambiente e separá-lo dos restantes gases, resultando numa mistura enriquecida com O_2 .

É um equipamento fixo que necessita estar ligado à eletricidade. Em casa, deve ser colocado num local arejado que permita a extração do ar ambiente.

Mesmo sendo um concentrador fixo possui rodas, o que permite uma movimentação fácil pela sua habitação.

Existem também **concentradores portáteis** que poderão ser utilizados fora de casa, e que podem ser carregados numa tomada elétrica comum ou no isqueiro do seu automóvel.



Figura: Concentrador convencional



Figura: Concentrador Portátil

O **oxigénio líquido** é fornecido num reservatório, que permite armazenar o O_2 em estado líquido a uma temperatura de pelo menos -183°C , tendo de ser repostado periodicamente.

É composto por duas unidades, o reservatório fixo que permanece no domicílio e a unidade portátil, utilizada quando pretender deslocar-se fora de casa. Esta unidade portátil é recarregada no reservatório fixo e consiste num contentor pequeno com uma "alça" lateral que pode ser colocada ao ombro ou transportada num suporte com rodas. Não consome energia elétrica, mas em caso de viagem de avião não pode ser utilizada.

No carregamento do reservatório de O_2 líquido é prudente acautelar o risco de queimaduras evitando o contacto com a pele.



Figura: Reservatório Fixo de O_2 líquido



Figura: Unidade Portátil de O_2 líquido

O **oxigénio gasoso** é armazenado em garrafas, sendo o menos utilizado por ter uma capacidade limitada, ser o mais pesado e o seu transporte ser menos prático.

Deve ser cuidadoso ao abrir as válvulas, para evitar a saída repentina de ar.



Figura: O_2 gasoso

Deverá estar atento a alguns sinais e sintomas, tais como o agravamento da dificuldade respiratória, cianose labial (coloração azulada dos lábios), agitação, sonolência excessiva ou confusão mental. Nestas situações deverá recorrer à sua equipa de saúde.

MEDIDAS DE SEGURANÇA DURANTE O TRATAMENTO

- **Confirme o débito de O_2** no seu equipamento;

- **Mantenha o seu equipamento afastado de locais quentes**, como a cozinha, assim como de outras fontes de energia de ignição e luz solar. Quando estiver a usar O_2 :
 - Não cozinhe nem engome a roupa;
 - Não use equipamentos elétricos, como secadores ou máquinas de barbear;
 - Não fume e não permita que ninguém fume, pelo risco de explosão;

- **Feche imediatamente a fonte de O_2 , em caso de incêndio;**

- Mantenha o cilindro de O_2 que está a utilizar na vertical, transportando-o com cuidado.

Em relação à higienização dos acessórios **é fundamental que mantenha os óculos nasais ou a máscara limpos**. Para tal deve proceder a uma limpeza com pano húmido, diariamente. No caso de se encontrarem danificados, contacte a sua empresa de fornecimento de O_2 para proceder à sua substituição.

Sempre que viajar, deve contactar a empresa que lhe fornece o oxigénio de modo a garantir o fornecimento do mesmo no destino.

No caso de pretender deslocar-se de avião deve **planear a viagem** antecipadamente com a sua equipa de HP. Fale com o médico assistente sobre a viagem, com a empresa de assistência técnica e contacte também a companhia aérea. Poderá ser necessário efetuar uma consulta para determinar a quantidade de O₂ necessária durante o seu voo.

**A oxigenoterapia vai ajudá-lo(a)
a sentir-se menos cansado e com
menos dificuldade em respirar.
Contribui ainda para o seu bem-estar
físico e psicológico melhorando
a sua qualidade de vida.**

MAIS INFORMAÇÃO

<https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/normas-e-circulares-normativas/norma-n-0182011-de-28092011-jpg.aspx>

<https://www.dgs.pt/ficheiros-de-upload-2013/instrucoes-formulario-oxigenoterapia-pdf.aspx>

<https://www.escardio.org/Guidelines/Clinical-Practice-Guidelines/Pulmonary-Hypertension-Guidelines-on-Diagnosis-and-Treatment-of>

<https://phassociation.org/patients/insurance-and-treatment-access/oxygen-pulmonary-hypertension/>

<https://www.phauk.org/treatment-for-pulmonary-hypertension/oxygen/>



Hipertensão Pulmonar

O conteúdo deste folheto foi elaborado pela equipa de enfermagem dos centros de tratamento de hipertensão pulmonar.



Este folheto faz parte do programa "Escuta os teus Pulmões" aprovado com o código NEW_MG_PROG-002911

Merck Sharp & Dohme, Lda. Quinta da Fonte, Edifício Vasco da Gama 19, 2770-192
Paço de Arcos | www.msd.pt | Tel. 214 465 700 | NIPC: 500191360 Copyright © 2021 Merck Sharp &
Dohme Corp., uma subsidiária de Merck & Co., Inc., Kenilworth, NJ, EUA. | Todos os direitos reservados.
PT-ADE-00027 04/2021