



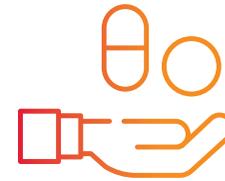
Hipertensão Pulmonar

Terapêutica Oral



MSD

INVENTING FOR LIFE



GESTÃO DO REGIME TERAPÊUTICO

O sucesso do tratamento da Hipertensão Pulmonar não depende apenas da simples prescrição dos medicamentos, mas também pela toma correta da medicação prescrita. Para que isso aconteça, deve ter em conta que os medicamentos são diferentes entre si e, por isso, devem ser tomados de acordo com as indicações transmitidas pela sua equipa de saúde.

TERAPÊUTICA ORAL

Os medicamentos administrados por via oral são a forma de administração mais vantajosa, devido à sua simplicidade e ao facto de não necessitar de qualquer equipamento ou assistência especiais.

No entanto, apesar de simples, é sempre preciso ter em consideração algumas recomendações:



- É importante higienizar as mãos antes de ingerir qualquer medicamento;



- Acompanhe a toma dos comprimidos sempre com um copo de água;



- A posição mais correta para tomar medicamentos é em pé ou bem sentado, pois previne o engasgamento;

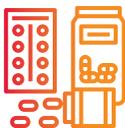


- Não triture, esmague ou divida os comprimidos, nem abra as cápsulas. Se precisar de o fazer para conseguir engolir, questione primeiro o seu médico ou enfermeiro;



Relativamente aos horários:

- Deve manter sempre o mesmo horário da toma da medicação para reduzir os esquecimentos;
- Quando se indica que os medicamentos devem ser tomados fora das refeições ou em jejum, significa que devem ser administrados com o estômago vazio, ou seja, uma hora antes da refeição ou duas horas depois de qualquer refeição;
- Quando se indica que os medicamentos devem ser tomados com as refeições, significa que devem ser administrados enquanto se come ou imediatamente após, para evitar efeitos negativos sobre a mucosa gástrica. Não é necessário ser ao longo das refeições principais, bastando ser acompanhado, por exemplo, por um copo de leite e biscoitos;
- Os horários mais frequentes são: de 6 em 6 horas (por exemplo, às 6h-12h-18h-24h), de 8 em 8 horas (por exemplo, às 7h-15h-23h ou 8h-16h-24h) e de 12 em 12 horas (por exemplo, às 9h-21h ou 12h-24h);



Se tiver muitos medicamentos para tomar ao longo do dia:

- Adeque os horários aos seus hábitos de vida de forma a prevenir esquecimentos, por exemplo: coincidir com o horário das refeições ou com a hora de ir dormir;
- Utilize uma tabela para anotar todos os medicamentos e horários da toma e afixe-a num lugar onde seja difícil esquecê-la, por exemplo, o frigorífico;
- Adquira uma embalagem com a divisória para o dia ou para a semana, mas guarde os folhetos informativos da embalagem original para ter sempre toda a informação disponível;
- Coloque um despertador no telemóvel à hora das tomas de medicação;



- Se achar que mesmo assim trocou o horário das tomas ou fez confusão com os medicamentos, peça ajuda à sua Equipa de saúde e a um familiar e/ou amigo para encontrar estratégias que ajudem na organização;



- Rejeite os medicamentos que estão fora do prazo de validade, as cápsulas que estiverem endurecidas ou amolecidas e os comprimidos esfarelados ou de aspeto diferente ao habitual;



- Guarde os comprimidos num local seco e fresco com temperatura entre 22 e 25 graus e ao abrigo da luz;



- Alguns dos comprimidos prescritos pelo seu médico podem provocar efeitos secundários, e alguns deles transitórios. Antes de os começar a tomar, a equipa de saúde vai explicar o que vai sentir e como pode minimizá-los. Não deixe de tomar a medicação! **Se não tolerar os sintomas ou tiver alguma dúvida, fale com o seu médico ou enfermeiro, mas nunca interrompa a medicação sem supervisão.**



- Lembre-se que os benefícios da medicação são superiores ao eventual desconforto causado pelos efeitos secundários da medicação.



- Por outro lado, **se depois de iniciar a medicação específica, sentir uma melhoria dos sintomas, como a falta de ar ou do cansaço, não pare de a tomar. Mantenha sempre o esquema terapêutico conforme prescrito pelo médico.**



REPENSAR O CONSUMO DE SUPLEMENTOS ALIMENTARES

Vitaminas, minerais e suplementos à base de plantas são utilizados por muitas pessoas como um complemento à sua dieta. As pessoas com Hipertensão Pulmonar devem ter cuidado e considerar os efeitos desses suplementos, consultando sempre o seu médico acerca da sua segurança e necessidade.

MEDICAMENTOS NÃO SUJEITOS A RECEITA MÉDICA E SUPLEMENTOS A EVITAR

Pseudoefedrina, normalmente presente nos antigripais e descongestionantes orais, uma vez que pode causar vasoconstrição, levando a um aumento da pressão arterial e a um conseqüente agravamento da Hipertensão Pulmonar.

Aspirina e outros **Anti-inflamatórios não esteróides**, uma vez que podem aumentar o risco de hemorragia em pessoas a tomar varfarina.

Paracetamol, **Echinacea** e **Valeriana**, pelo seu potencial em causar disfunção ao nível do fígado. Todos os medicamentos e suplementos que possam causar dano no fígado estão contraindicados em pessoas com Hipertensão Pulmonar.





Suplementos à base de plantas, incluindo **alho, ginkgo biloba e ginseng**, podem afetar a função das plaquetas (células necessárias para coagular o sangue), o que pode aumentar o risco de hemorragia em pessoas que tomam varfarina.

Alguns suplementos à base de plantas podem interagir diretamente com a varfarina, aumentando (por exemplo, **extrato de papaia, vitaminas A e E**) ou diminuindo (por exemplo, **ginseng ou a vitamina K**) os seus efeitos.

Outro exemplo muito popular é a **Erva de S. João**, que pode mesmo reduzir a eficácia de alguns fármacos para a Hipertensão Pulmonar.

Todos os **descongestionantes e substâncias estimulantes** estão contraindicados nas pessoas com Hipertensão Pulmonar.

Produtos com elevado teor de cafeína, pelo seu potencial em estimular a função cardíaca.

Outros **produtos e suplementos para a disfunção erétil** estão contraindicados em pessoas com hipertensão pulmonar. Consulte o seu médico ou enfermeiro antes de tomar qualquer medicamento, suplemento ou produto à base de plantas.

MAIS INFORMAÇÃO

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

Bueno N. Controlando la hipertensión arterial pulmonar. SEPAR. 2012

Martinho, C.T. (2015). Adesão terapêutica: um passo para uma transição saudável. Universidade Católica Portuguesa.

<https://phassociation.org/patients/treatments/>

A leitura deste folheto não dispensa a consulta médica.



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-00038 04/21