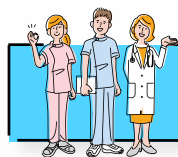


Πώς να βελτιώσετε την επικοινωνία με τον γιατρό σας σχετικά με τη ΧΑΠ

Όπως όλες οι χρόνιες αναπνευστικές παθήσεις, η Χρόνια Αποφρακτική Πνευμονοπάθεια (ΧΑΠ) απαιτεί μακροχρόνια φαρμακευτική αγωγή και θεραπεία, πράγμα που σημαίνει συχνή επικοινωνία με το γιατρό σας.¹

Ακολουθούν μερικές συμβουλές που θα σας βοηθήσουν να επικοινωνείτε καλύτερα με τον πνευμονολόγο σας.



ΘΕΜΑ ΠΡΟΣ ΣΥΖΗΤΗΣΗ



ΠΩΣ ΝΑ ΤΟ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΕΤΕ

Γενική βοήθεια²

Μερικές φορές μπορεί να χρειαστεί να μιλήσετε με τον πνευμονολόγο σας ακόμα κι αν δεν πρόκειται για επείγον περιστατικό. Γνωρίζετε ότι ορισμένοι γιατροί προτιμούν να επικοινωνήσετε μαζί τους αμέσως μόλις παρατηρήσετε αναπνευστικά προβλήματα ή σημάδια κρυολογήματος;²

Μην διστάσετε να ρωτήσετε τον γιατρό σας πότε προτιμά να επικοινωνήσετε μαζί του.²

Προσωπικά στοιχεία²

Παρέχετε κάθε σχετική πληροφορία για άλλα νοσήματα που έχετε όπως διαβήτη, παχυσαρκία, προδιάθεση για κατάγματα οστών, καρδιακά νοσήματα, κ.λπ.²

Ρωτήστε πως η γενική κατάσταση της υγείας σας μπορεί να συνδυαστεί με τη διαχείριση της ΧΑΠ.²

Εμβολιασμοί²

Προστατευτείτε: για όσους πάσχουν από ΧΑΠ, ορισμένα εμβόλια όπως αυτά για τη γρίπη ή την πνευμονία, μπορεί να φανούν πολύ χρήσιμα.²

Ρωτήστε τον πνευμονολόγο σας ποια εμβόλια είναι κατάλληλα για εσάς και τους γύρω σας.²

Τρόπος ζωής²

Βελτιώστε τον τρόπο ζωής σας για να βελτιώσετε την υγεία σας.¹

Ο γιατρός σας μπορεί να σας βοηθήσει να ακολουθήσετε έναν υγιεινό τρόπο ζωής. Για παράδειγμα, ζητήστε βοήθεια για το πώς να σταματήσετε το κάπνισμα ή πώς να διαμορφώσετε ένα πρόγραμμα διατροφής.²

Παράγοντες κινδύνου²

Μάθετε τους εσωτερικούς και εξωτερικούς παράγοντες κινδύνου και πώς να τους αποφύγετε³

Μάθετε για τους παράγοντες κινδύνου της ΧΑΠ²

Επιλογές θεραπείας²

Ακολουθήστε το πιο κατάλληλο σχέδιο θεραπείας²

Ο γιατρός σας μπορεί να σας συστήσει την πιο κατάλληλη θεραπεία. Εμπιστευτείτε τον και μην διστάσετε να συζητήσετε τυχόν αμφιβολίες ή ανησυχίες μαζί του.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. ZHANG X ET AL. HEALTHCARE (BASEL). 2023 JUL 31;11(15):2171.
2. [HTTPS://WWW.NHLBI.NIH.GOV/SITES/DEFAULT/FILES/PUBLICATIONS/QUESTIONSTOASKTHEDOCTOR.PDF](https://www.nhlbi.nih.gov/sites/default/files/publications/questionstoaskthedoctor.pdf)