

## Informació per a pacients i familiars

### Espirometria



*És una prova diagnòstica que consisteix a mesurar la quantitat d'aire que surt del pulmó durant la respiració.*

*És imprescindible en la detecció i seguiment de les malalties respiratòries, especialment de la MPOC i l'ASMA.*

- **MPOC:** malaltia freqüent que està produïda gairebé sempre pel tabac i amb el pas dels anys afecta de manera important la qualitat de vida.
- **ASMA:** malaltia molt freqüent, fàcil de diagnosticar mitjançant aquesta tècnica.

### Preparació

- Eviteu menjar abundant 2-3 hores abans de la prova
- Eviteu les begudes estimulants (cafè, cola, te, cacau, etc.) 2-3 hores abans de la prova
- Eviteu fumar 3-4 hores abans de fer la prova
- No feu exercici amb molta intensitat 30 minuts abans de fer la prova
- No porteu roba ajustada que dificulti la respiració

**És aconsellable que arribeu 10-15 minuts abans de l'hora programada.**

### Com es fa la prova?

- El tècnic us demanarà les dades personals, us mirarà l'alçada i el pes
- Durant la prova estareu asseguts i relaxats
- Quan el tècnic us digui haureu d'agafar el màxim d'aire que pugueu i després treure'l fort i llarg fins que s'acabi
- Se sol repetir tres vegades i agafarem la millor

Després, a vegades, es fa la prova broncodilatadora, que consisteix a inhalar una medicació i passats 15 minuts es torna a repetir la prova per veure si hi ha millora



**Per a més informació podeu descarregar-vos al mòbil l'app d'Althaia**



DISPONIBLE A L'APP STORE I A GOOGLE PLAY:

