

Bronquitis

Bronchitis

Bronchitis is swelling of the lining of the large airways called bronchi in the lungs. The swelling causes more mucus than normal to be made. This can block the airflow through the lungs and may damage the lungs.

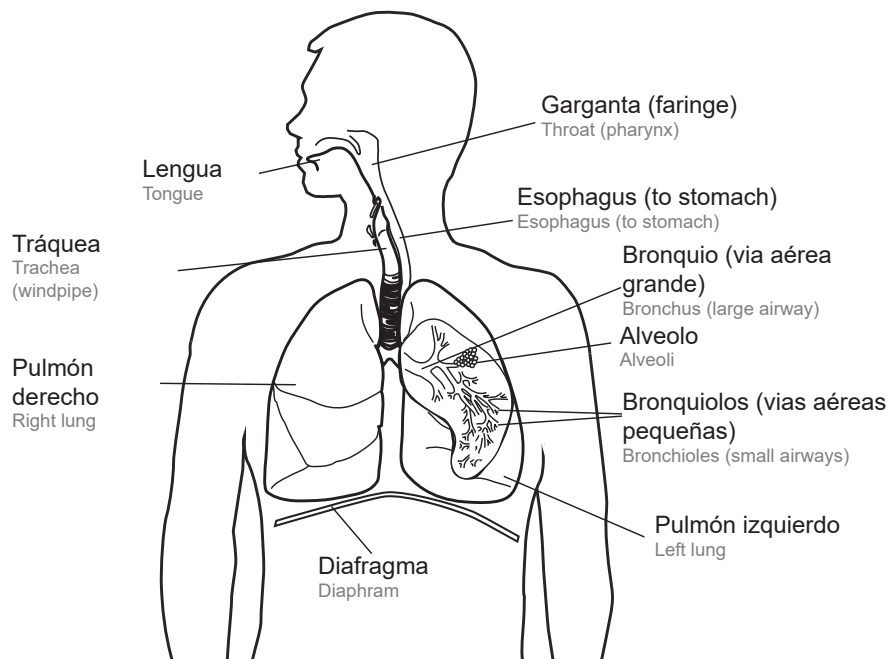
Acute bronchitis often starts to get better in days, but the cough may last 2 to 4 weeks. Over the counter medicines can help to control aches, fever and loosen mucus. Treatment by your doctor may not be needed unless you are not feeling better or you have more trouble breathing.

Chronic bronchitis is a long-term disease of the lungs. It is one disease in a group of lung diseases called COPD or chronic obstructive pulmonary disease. The damage often gets worse over time and cannot be cured.

La bronquitis es la inflamación del revestimiento de las vías respiratorias grandes llamadas bronquios en los pulmones. La inflamación produce más moco de lo normal. Esto puede bloquear el flujo de aire a través de los pulmones y dañarlos.

La **bronquitis aguda** a menudo comienza a mejorar en unos días, pero la tos puede durar de 2 a 4 semanas. Los medicamentos de venta libre pueden ayudar a controlar el dolor, la fiebre y a aflojar el moco. Es posible que no sea necesario que el médico le indique tratamiento a menos que no mejore o tenga más dificultad para respirar.

La **bronquitis crónica** es una enfermedad a largo plazo de los pulmones. Es una de un grupo de enfermedades pulmonares llamada EPOC o enfermedad pulmonar obstructiva crónica. El daño a menudo empeora con el tiempo y no se puede curar.



Signs of Bronchitis

- A frequent cough, often with yellow or green mucus
- Feeling tired
- Chest pain with coughing or deep breathing
- Noisy breathing such as wheezing or whistling
- Shortness of breath
- Body aches
- Fever or chills
- Sore throat
- Runny or stuffy nose

Causes of Bronchitis

- Bacterial or viral infections
- Smoking
- Air pollution
- Allergy to something in the air such as pollen
- Lung disease such as asthma or emphysema

Your Care

Your care may include medicines and breathing exercises to help you breathe easier. You may need oxygen if you have chronic bronchitis. Your care may also include:

- Avoiding colds and the flu.
- Wash your hands well and often to lower your risk of infections.
- Drinking a lot of liquids to keep mucus thin.
- Using a humidifier or vaporizer.
- Using postural drainage and percussion to loosen mucus from your lungs. You will be taught how to do this.

Signos de bronquitis

- Tos frecuente, a menudo con mucosidad amarilla o verde
- Sensación de cansancio
- Dolor en el pecho al toser o respirar profundo
- Respiración ruidosa como sibilancias o silbidos
- Dificultad para respirar
- Dolor en el cuerpo
- Fiebre o escalofríos
- Dolor de garganta
- Nariz congestionada o escurrimiento nasal

Causas de la bronquitis

- Infecciones bacterianas o virales
- Fumar
- La contaminación del aire
- Alergia a algo en el aire como el polen
- Enfermedades pulmonares como asma o enfisema

Cuidados

Sus cuidados pueden incluir medicamentos y ejercicios respiratorios para ayudarlo a respirar más fácilmente. Es posible que necesite oxígeno si tiene bronquitis crónica. Sus cuidados también pueden incluir:

- Evitar los resfriados y la gripe.
- Lavarse las manos bien y con frecuencia para disminuir el riesgo de infecciones.
- Beber mucho líquido para mantener el moco fluido.
- Usar un humidificador o vaporizador.
- Usar drenaje postural y percusión para aflojar el moco de los pulmones. Se le enseñará cómo hacer esto.

- Get a flu shot each year and talk to your doctor about getting the pneumonia vaccine.

- Vacunarse contra la gripe anualmente y hablar con su médico sobre vacunarse contra la neumonía.

To Breathe Easier

- Quit smoking. The only way to slow the damage of chronic bronchitis is to quit smoking. It is never too late to quit.
- Do not drink alcohol. It dulls the urge to cough and sneeze to clear your air passages. It also causes your body to lose fluid, making the mucus in your lungs thicker and harder to cough up.
- Avoid things that irritate your lungs such as air pollution, dusts and gases.
- Sleep with your upper body raised. Use foam wedges or raise the head of your bed.

Para respirar mejor

- Deje de fumar. La única manera de enlentecer el daño de la bronquitis crónica es dejar de fumar. No es demasiado tarde para dejar de hacerlo.
- No beba alcohol. Atenúa las ganas de toser y estornudar para despejar las vías respiratorias. También hace que su cuerpo pierda líquido, espesando el moco en los pulmones y haciendo más difícil expectorar.
- Evite las cosas que le irritan los pulmones como la contaminación del aire, el polvo y los gases.
- Duerma con la parte superior del cuerpo levantada. Use cuñas de espuma o levante la cabecera de la cama.

Call your doctor right away if you:

- Have chills or a fever over 101 degrees F or 38 degrees C
- Need to use your inhalers or breathing treatments more often
- Have more mucus, the color changes or it becomes too hard to cough up
- Have a new or worsening gray or blue tint of your nails or the skin of your fingers or mouth
- Have trouble talking or doing your normal activities
- Have to use more pillows when sleeping or start having to sleep in a chair to breathe at night

Llame a su médico de inmediato si:

- Tiene escalofríos o fiebre de más de 101 °F (38 °C).
- Necesita usar inhaladores o tratamientos para respirar con más frecuencia.
- Tiene más moco, el color del moco cambia o se hace demasiado difícil expectorar.
- Tiene una coloración azul o gris nueva o que empeora en las uñas o la piel de los dedos o la boca.
- Tiene problemas para hablar o hacer sus actividades normales.
- Tiene que usar más almohadas para dormir o comenzó a dormir en una silla para respirar de noche.

Call 911 right away if you:

- Cannot get your breath
- Become confused, dizzy or feel faint
- Have new chest pain or tightness

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

Llame de inmediato al 911 si presenta alguna de las siguientes situaciones:

- No puede respirar.
- Se siente confundido, mareado o se desmaya.
- Tiene dolor u opresión nueva en el pecho.

Hable con el médico o con el personal de enfermería si tiene alguna pregunta o inquietud.