



## Porque é que preciso de VMNI?

As doenças respiratórias crónicas podem causar dificuldade ao respirar e cansaço dos músculos da respiração, levando à diminuição dos níveis de oxigénio no sangue e à acumulação de dióxido de carbono. A VMNI permite o descanso dos seus músculos respiratórios, aumentando os níveis de oxigénio necessário ao normal funcionamento de todos os órgãos) e ajudando a remover dióxido de carbono (nocivo ao organismo).

## Como é que obtenho VMNI?

A adaptação a VMNI é realizada em meio hospitalar, por um fisioterapeuta respiratório e o seu fornecimento é **totalmente gratuito** e será assegurado por uma das várias empresas de cuidados respiratórios domiciliários (CRD) que operam em Portugal e que farão o acompanhamento técnico no seu domicílio.



## Quais os componentes da VMNI?

A VMNI envolve o uso de uma máscara que pode cobrir o nariz e/ou boca, que é segura por elásticos na sua cabeça. Esta máscara é conectada através de um tubo ao ventilador. Depois, deverá respirar normalmente e o ventilador irá fornecer ar com alguma pressão.

## OXIGENOTERAPIA

### Para que serve?

A oxigenoterapia é um tratamento que aumenta a fração de oxigénio fornecida aos pulmões em cada ciclo respiratório.

## Como sei se preciso de oxigenoterapia?

O seu médico irá avaliar os seus níveis de oxigénio no sangue. Isso poderá ser feito através de uma **gasimetria arterial**, que envolve a colheita de uma amostra de sangue de uma artéria (geralmente no pulso) ou através de um dispositivo chamado **oxímetro de pulso**, que pode ser colocado no seu dedo ou lóbulo da orelha.

## Como é que o oxigénio é administrado?

O oxigénio é geralmente administrado por meio de uma cânula nasal ou máscara facial ou em associação à VMNI.

## Quais os tipos de oxigenoterapia?

O oxigénio no domicílio pode ser fornecido em três tipos de sistemas: concentrador de oxigénio, sistema líquido ou oxigénio gasoso num cilindro de metal. A escolha certa depende de qual o débito de O<sub>2</sub> necessário e duração da terapia nas 24 horas. À semelhança da VMNI, o seu fornecimento é gratuito, assegurado por uma empresa de CRD.

## Quando devo usar o oxigénio?

Algumas pessoas apresentam níveis baixos de oxigénio apenas quando se esforçam fisicamente e podem limitar o seu uso aos períodos de esforço. Outras apresentam níveis baixos durante o sono. Em casos de níveis baixos durante o dia e em repouso, poderá necessitar de fazer oxigénio durante períodos mais longos durante o dia (no mínimo 16 horas). Respeite a prescrição do seu médico quanto ao débito e horas de uso/dia da oxigenoterapia.

## Quais os benefícios?

A oxigenoterapia permite melhoria da memória e capacidade de concentração, redução da sonolência, melhor tolerância aos exercícios e aumento da sobrevivência.

## É seguro?

O oxigénio quando usado adequadamente é seguro, mas lembre-se de não fumar perto do oxigénio e não o usar perto de chamas ou outras fontes de calor.