



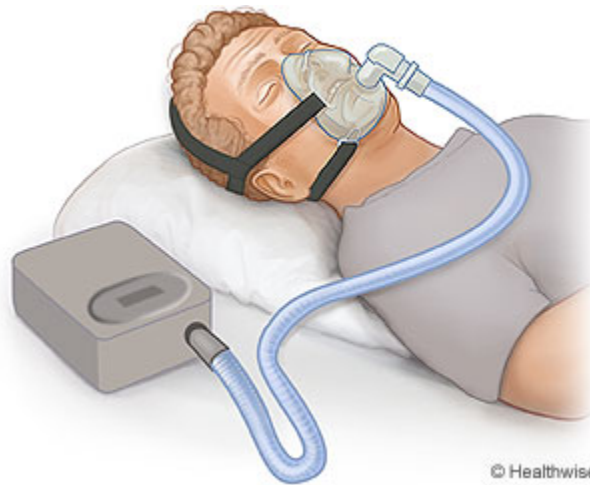
INSTRUCCIONES DE CUIDADO

KAISER PERMANENTE

Aprenda sobre el CPAP para la apnea del sueño [Learning About CPAP for Sleep Apnea]

Instrucciones de cuidado de Kaiser Permanente

El CPAP es un aparato pequeño que usted usa en su casa todas las noches mientras duerme. Este aparato aumenta la presión del aire en la garganta para mantener las vías respiratorias abiertas. Cuando usted tiene apnea del sueño, esto puede ayudarle a dormir mejor, lo cual a su vez le ayuda a sentirse mucho mejor. CPAP significa "presión positiva continua en las vías respiratorias".



© Healthwise, Incorporated

El aparato de CPAP tendrá uno de los siguientes componentes:

- Una máscara que cubre su nariz y boca.
- Puntas que encajan en la nariz.
- Una máscara que cubre solamente la nariz, que es el tipo más común. Este tipo se llama NCPAP. La N significa "nasal".

¿Por qué se usa esto?

El CPAP suele ser el mejor tratamiento para la apnea obstructiva del sueño. Es el tratamiento de primera elección y el más ampliamente utilizado. Es posible que su médico le sugiera un CPAP si tiene:

- Apnea del sueño de moderada a grave.

- Apnea del sueño y enfermedad de las arterias coronarias (CAD, por sus siglas en inglés) o insuficiencia cardíaca.

¿Cómo ayuda?

- El CPAP puede ayudarle a tener un sueño más normal, para que se sienta con menos sueño y más alerta durante el día.
- El CPAP podría ayudar a prevenir que empeore la insuficiencia cardíaca u otros problemas del corazón.
- El CPAP podría ayudarle a bajar la presión arterial.
- Si utiliza el CPAP, su compañero de cama también podría dormir mejor porque usted ya no roncará ni estará inquieto.

¿Cuáles son los efectos secundarios?

Algunas personas que usan el CPAP tienen:

- Nariz seca o congestionada y dolor de garganta.
- Piel irritada en la cara.
- Ojos irritados.
- Abotagamiento.

Si tiene cualquiera de estos problemas, colabore con su médico para solucionarlos. Estas son algunas cosas que usted puede probar:

- Asegúrese de que la mascarilla o las puntas nasales encajen bien.
- Vea si su médico puede ajustar la presión de su CPAP.
- Si tiene la nariz seca, utilice un humidificador.
- Si tiene secreción o congestión nasal, pruebe un descongestionante o un aerosol nasal esteroideo. Sea prudente con los medicamentos. Lea y siga todas las indicaciones de la etiqueta. No use el medicamento por más tiempo del indicado en la etiqueta.

Si estas cosas no ayudan, podría probar con otro tipo de aparato. Algunos aparatos tienen aire a presión que se ajusta por sí solo. Otros tienen presiones de aire que son distintas cuando inspira que cuando expira. Esto podría reducir el malestar causado por el exceso de presión en la nariz.

¿Dónde puede encontrar más información en inglés?

Vaya a <http://www.kp.org>

Escriba **X266** en la búsqueda para aprender más acerca de "**Aprenda sobre el CPAP para la apnea del sueño.**"

© 2006-2015 Healthwise, Incorporated. Instrucciones de cuidado adaptadas bajo licencia por Kaiser Permanente. Estas instrucciones de cuidado son para usarlas con su profesional clínico registrado. Si tiene preguntas acerca de una afección médica o de estas instrucciones, pregunte siempre a su profesional de la salud. Healthwise, Incorporated niega cualquier garantía o responsabilidad por su uso de esta información.