



## EPOC: CÓMO PREPARARSE PARA LA CITA MÉDICA

Su médico querrá saber todo lo posible sobre su salud en general, sus dificultades respiratorias, su historia médica familiar y sus medicamentos, por lo tanto, comience a recoger información antes de su cita médica. El reunir (o incluso anotar) esta información ayudará a su médico a llegar a un diagnóstico exacto y hará que su cita salga bien.

La información que necesitará incluye lo siguiente:

- **Un registro de problemas sobre su salud.** ¿Cómo es su respiración a diario? ¿Hay ciertas actividades que dificulten su respiración? ¿Hay ciertas cosas que parecen ayudar a mejorar su respiración, o empeorarla? Escríbalo todo. Tal vez desee crear un registro diario de su actividad, respiración y fatiga.
- **Un listado completo de sus medicamentos, suplementos y vitaminas.** Incluya todos los medicamentos con y sin receta y suplementos, incluso los remedios naturales y preparados con hierbas. Si es posible, llévelos con usted el día de la cita para que su médico pueda ver, exactamente qué es lo que se está tomando.
- **Un listado de alergias y su historial médico.** Su médico se interesará especialmente en cualquier problema pulmonar y de respiración que haya tenido en el pasado, así como, en cualquier tratamiento que se le haya recetado.
- **Un registro de exposición al humo/polución.** ¿Fuma? Si es así, ¿cuándo comenzó a fumar? ¿Cuántos cigarrillos fuma al día (o semana)? ¿Ha estado expuesto alguna vez al humo de otra persona? ¿Y al aire contaminado en interiores? ¿Trabaja o ha trabajado en ambientes llenos de humo, polvo o sustancias químicas?
- **Historia familiar.** ¿Hay alguien más en su familia con un historial de problemas pulmonares o respiratorios?
- **Preguntas.** Es buena idea escribir cualquier pregunta que pueda tener, para que recuerde preguntarlas en su cita.