

CÓMO AYUDAR A UN PACIENTE CON FIBROSIS PULMONAR IDIOPÁTICA

Ser cuidador de una persona con fibrosis pulmonar idiopática (Idiopathic Pulmonary Fibrosis/IPF) puede ser bastante difícil, pero si se cuenta con ayuda de amigos, familiares y otros recursos externos, puede convertirse en algo realmente gratificante.

Por eso, debe ver esta tarea como una pirámide. Usted y el paciente están en la cima. En el nivel siguiente están los familiares y amigos dispuestos a darle apoyo. Y en el tercer nivel se encuentran los servicios sociales y cualquier otra asistencia externa existente.

Cualidades de un BUEN CUIDADOR:

- Respete los límites establecidos por el paciente. Tareas como vestirse o bañarse son personales y privadas; no ayude a menos que se lo pidan
- Aliente a su ser querido a ser independiente en todo momento. Suele suceder que el cuidador siempre quiere hacer cada vez más y ayudar en todo lo que sea posible, pero si su ser querido aún es capaz de hacer cosas por sí mismo, no se lo impida. Tener esa independencia ayuda al paciente con IPF a ser más abierto a recibir ayuda.
- Sea comprensivo. Recuerde que las personas con una enfermedad progresiva pueden sentirse frustradas, temerosas y tristes. Esos sentimientos no van a desaparecer, pero está en sus manos el ayudar a afrontarlos cada día.
- Refuerce las indicaciones del médico. Esto podría implicar recordarle a su ser querido tomar sus medicamentos en el momento adecuado y asegurarse de que cumpla con todas las citas médicas.
- Sea un defensor. Usted es la persona más cercana al paciente con IPF y, por eso, está en la mejor posición para hablar en su nombre. Haga las preguntas difíciles que al paciente le cuesta hacer, pero cuyas respuestas necesita saber. No olvide que usted tiene un rol muy importante dentro del equipo de atención médica.
- Preste atención a las preocupaciones e inquietudes del paciente.
- Nunca olvide realizar esas pequeñas cosas que les dan placer a usted y a su ser querido cada día.
- No aisle a su ser querido ni se aisle usted mismo.

CÓMO AYUDAR A UN PACIENTE CON FIBROSIS PULMONAR IDIOPÁTICA

Cómo cuidar DEL CUIDADOR:



Puede ser menos abrumador para el cuidador y el paciente de IPF cuando otras personas se ofrecen para ayudar con algunas de las tareas de manera regular u ocasional.

- Cuide del paciente con fibrosis pulmonar idiopática y dele un descanso a su cuidador habitual.
- Acompañe a la persona con fibrosis pulmonar idiopática a la terapia respiratoria o a las citas médicas.
- Ayude con las tareas del hogar, como hacer las compras, buscar los medicamentos o limpiar.
- Cocine una comida casera.
- Haga reparaciones en la casa.

Recursos EXTERNOS:

- Póngase en contacto con el Departamento de Servicios Sociales. Ellos pueden proporcionarle una gran cantidad de información útil sobre recursos gubernamentales.
- Solicite los servicios de un auxiliar de salud en el hogar (Home Health Aide, HHA). Usted puede dividir las tareas diarias con el HHA y decirle qué tipo de atención es más importante para usted y el paciente. Asegúrese siempre de que tanto el HHA como su agencia estén registrados y asegurados.

En general, los cuidadores sufren menos estrés cuando cuentan con ayuda. Además de la angustia que siente el cuidador debido a la enfermedad, también debe enfrentarse a situaciones desconocidas que le causan más estrés y presión. Recuerde que siempre es necesario sentirse apoyado.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN VISITE SINALIENTO.COM

Si cree que usted o uno de sus seres queridos podría padecer de fibrosis pulmonar idiopática, pregúntele a su médico si debería consultar con un especialista. Hoy día existen tratamientos que podrían reducir la progresión de la IPF.