

Chronic Obstructive Pulmonary Disease

COPD - Chronic Obstructive Pulmonary Disease is an illness that makes it hard to breathe. COPD generally involves a combination of Chronic bronchitis and emphysema. People with COPD are more likely to get respiratory infections.

Chronic Bronchitis – This means having thickened airways with too much mucus, leading to chronic cough and a higher risk of respiratory infections.

Emphysema – This is damage to the alveoli (air sacs) of the lungs, which causes air to get trapped and makes it harder for oxygen to get into the blood.

Steps to prevention of respiratory infections or worsening of condition:

- Avoid air pollution, chemical sprays and perfumes.
- Avoid extremes in air temperature and humidity.
- Keep your house as dust free and clean as possible.
- If you smoke, stop.
- Wash your hands often.
- Get plenty of rest.
- Eat a healthy diet of 5-6 small meals a day.
- Drink plenty of fluids.
- Stay physically active.
- Limit alcohol use.
- Get a yearly flu shot.
- Get a pneumococcal vaccine.
- Avoid contact with anyone who has a cold or the flu.

Call your doctor if you have these symptoms:

- Fever
- Increased coughing
- Yellow or green mucous
- A hard time breathing
- Feeling weak and tired
- Weight Loss

Chronic Obstructive Pulmonary Disease

COPD - Chronic Obstructive Pulmonary Disease is an illness that makes it hard to breathe. COPD generally involves a combination of Chronic bronchitis and emphysema. People with COPD are more likely to get respiratory infections.

Chronic Bronchitis – This means having thickened airways with too much mucus, leading to chronic cough and a higher risk of respiratory infections.

Emphysema – This is damage to the alveoli (air sacs) of the lungs, which causes air to get trapped and makes it harder for oxygen to get into the blood.

Steps to prevention of respiratory infections or worsening of condition:

- Avoid air pollution, chemical sprays and perfumes.
- Avoid extremes in air temperature and humidity.
- Keep your house as dust free and clean as possible.
- If you smoke, stop.
- Wash your hands often.
- Get plenty of rest.
- Eat a healthy diet of 5-6 small meals a day.
- Drink plenty of fluids.
- Stay physically active.
- Limit alcohol use.
- Get a yearly flu shot.
- Get a pneumococcal vaccine.
- Avoid contact with anyone who has a cold or the flu.

Call your doctor if you have these symptoms:

- Fever
- Increased coughing
- Yellow or green mucous
- A hard time breathing
- Feeling weak and tired
- Weight Loss

Chronic Obstructive Pulmonary Disease

COPD - Chronic Obstructive Pulmonary Disease is an illness that makes it hard to breathe. COPD generally involves a combination of Chronic bronchitis and emphysema. People with COPD are more likely to get respiratory infections.

Chronic Bronchitis – This means having thickened airways with too much mucus, leading to chronic cough and a higher risk of respiratory infections.

Emphysema – This is damage to the alveoli (air sacs) of the lungs, which causes air to get trapped and makes it harder for oxygen to get into the blood.

Steps to prevention of respiratory infections or worsening of condition:

- Avoid air pollution, chemical sprays and perfumes.
- Avoid extremes in air temperature and humidity.
- Keep your house as dust free and clean as possible.
- If you smoke, stop.
- Wash your hands often.
- Get plenty of rest.
- Eat a healthy diet of 5-6 small meals a day.
- Drink plenty of fluids.
- Stay physically active.
- Limit alcohol use.
- Get a yearly flu shot.
- Get a pneumococcal vaccine.
- Avoid contact with anyone who has a cold or the flu.

Call your doctor if you have these symptoms:

- Fever
- Increased coughing
- Yellow or green mucous
- A hard time breathing
- Feeling weak and tired
- Weight Loss



Chronic Obstructive Pulmonary Disease

COPD - Chronic Obstructive Pulmonary Disease is an illness that makes it hard to breathe. COPD generally involves a combination of Chronic bronchitis and emphysema. People with COPD are more likely to get respiratory infections.

Chronic Bronchitis – This means having thickened airways with too much mucus, leading to chronic cough and a higher risk of respiratory infections.

Emphysema – This is damage to the alveoli (air sacs) of the lungs, which causes air to get trapped and makes it harder for oxygen to get into the blood.

Steps to prevention of respiratory infections or worsening of condition:

- Avoid air pollution, chemical sprays and perfumes.
- Avoid extremes in air temperature and humidity.
- Keep your house as dust free and clean as possible.
- If you smoke, stop.
- Wash your hands often.
- Get plenty of rest.
- Eat a healthy diet of 5-6 small meals a day.
- Drink plenty of fluids.
- Stay physically active.
- Limit alcohol use.
- Get a yearly flu shot.
- Get a pneumococcal vaccine.
- Avoid contact with anyone who has a cold or the flu.

Call your doctor if you have these symptoms:

- Fever
- Increased coughing
- Yellow or green mucous
- A hard time breathing
- Feeling weak and tired
- Weight Loss

Chronic Obstructive Pulmonary Disease

COPD - Chronic Obstructive Pulmonary Disease is an illness that makes it hard to breathe. COPD generally involves a combination of Chronic bronchitis and emphysema. People with COPD are more likely to get respiratory infections.

Chronic Bronchitis – This means having thickened airways with too much mucus, leading to chronic cough and a higher risk of respiratory infections.

Emphysema – This is damage to the alveoli (air sacs) of the lungs, which causes air to get trapped and makes it harder for oxygen to get into the blood.

Steps to prevention of respiratory infections or worsening of condition:

- Avoid air pollution, chemical sprays and perfumes.
- Avoid extremes in air temperature and humidity.
- Keep your house as dust free and clean as possible.
- If you smoke, stop.
- Wash your hands often.
- Get plenty of rest.
- Eat a healthy diet of 5-6 small meals a day.
- Drink plenty of fluids.
- Stay physically active.
- Limit alcohol use.
- Get a yearly flu shot.
- Get a pneumococcal vaccine.
- Avoid contact with anyone who has a cold or the flu.

Call your doctor if you have these symptoms:

- Fever
- Increased coughing
- Yellow or green mucous
- A hard time breathing
- Feeling weak and tired
- Weight Loss

Chronic Obstructive Pulmonary Disease

COPD - Chronic Obstructive Pulmonary Disease is an illness that makes it hard to breathe. COPD generally involves a combination of Chronic bronchitis and emphysema. People with COPD are more likely to get respiratory infections.

Chronic Bronchitis – This means having thickened airways with too much mucus, leading to chronic cough and a higher risk of respiratory infections.

Emphysema – This is damage to the alveoli (air sacs) of the lungs, which causes air to get trapped and makes it harder for oxygen to get into the blood.

Steps to prevention of respiratory infections or worsening of condition:

- Avoid air pollution, chemical sprays and perfumes.
- Avoid extremes in air temperature and humidity.
- Keep your house as dust free and clean as possible.
- If you smoke, stop.
- Wash your hands often.
- Get plenty of rest.
- Eat a healthy diet of 5-6 small meals a day.
- Drink plenty of fluids.
- Stay physically active.
- Limit alcohol use.
- Get a yearly flu shot.
- Get a pneumococcal vaccine.
- Avoid contact with anyone who has a cold or the flu.

Call your doctor if you have these symptoms:

- Fever
- Increased coughing
- Yellow or green mucous
- A hard time breathing
- Feeling weak and tired
- Weight Loss



Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica

EPOC - enfermedad pulmonar obstructiva crónica es una enfermedad que le hace difícil respirar. EPOC generalmente consiste en una combinación de bronquitis crónica y enfisema. Personas con EPOC son más propensas a contraer infecciones respiratorias.

Bronquitis crónica – Significa que tiene las vías respiratorias engrosadas con demasiada mucosidad, tos crónica y un mayor riesgo de infecciones respiratorias.

Enfisema – El daño a los alvéolos (sacos de aire) de los pulmones, causa que el aire quede atrapado y hace más difícil que el oxígeno entre en la sangre.

Pasos para la prevención de las infecciones respiratorias o del empeoramiento de la condición:

Evitar la aire contaminado, químicos en aerosoles y perfumes.
Evitar temperaturas y humedades extremas del aire.
Mantenga su casa sin polvo y limpia tanto como sea posible.
Si usted fuma, deje de fumar.
Lávese las manos con frecuencia.
Obtenga suficiente descanso.
Comer una dieta saludable de 5-6 comidas pequeñas al día.
Beba muchos líquidos.
Manténgase físicamente activo.
Limitar el consumo de alcohol.
Recibir una vacuna antigripal anual.
Obtener una vacuna neumocócica.
Evite contacto con personas que tengan un resfriado o la gripe.

Llame al médico si tiene estos síntomas:

Fiebre
Aumento de tos
Moco amarillo o verde
Dificultad para respirar
Sentirse débil y cansado
Pérdida de peso

Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica

EPOC - enfermedad pulmonar obstructiva crónica es una enfermedad que le hace difícil respirar. EPOC generalmente consiste en una combinación de bronquitis crónica y enfisema. Personas con EPOC son más propensas a contraer infecciones respiratorias.

Bronquitis crónica – Significa que tiene las vías respiratorias engrosadas con demasiada mucosidad, tos crónica y un mayor riesgo de infecciones respiratorias.

Enfisema – El daño a los alvéolos (sacos de aire) de los pulmones, causa que el aire quede atrapado y hace más difícil que el oxígeno entre en la sangre.

Pasos para la prevención de las infecciones respiratorias o del empeoramiento de la condición:

Evitar la aire contaminado, químicos en aerosoles y perfumes.
Evitar temperaturas y humedades extremas del aire.
Mantenga su casa sin polvo y limpia tanto como sea posible.
Si usted fuma, deje de fumar.
Lávese las manos con frecuencia.
Obtenga suficiente descanso.
Comer una dieta saludable de 5-6 comidas pequeñas al día.
Beba muchos líquidos.
Manténgase físicamente activo.
Limitar el consumo de alcohol.
Recibir una vacuna antigripal anual.
Obtener una vacuna neumocócica.
Evite contacto con personas que tengan un resfriado o la gripe.

Llame al médico si tiene estos síntomas:

Fiebre
Aumento de tos
Moco amarillo o verde
Dificultad para respirar
Sentirse débil y cansado
Pérdida de peso

Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica

EPOC - enfermedad pulmonar obstructiva crónica es una enfermedad que le hace difícil respirar. EPOC generalmente consiste en una combinación de bronquitis crónica y enfisema. Personas con EPOC son más propensas a contraer infecciones respiratorias.

Bronquitis crónica – Significa que tiene las vías respiratorias engrosadas con demasiada mucosidad, tos crónica y un mayor riesgo de infecciones respiratorias.

Enfisema – El daño a los alvéolos (sacos de aire) de los pulmones, causa que el aire quede atrapado y hace más difícil que el oxígeno entre en la sangre.

Pasos para la prevención de las infecciones respiratorias o del empeoramiento de la condición:

Evitar la aire contaminado, químicos en aerosoles y perfumes.
Evitar temperaturas y humedades extremas del aire.
Mantenga su casa sin polvo y limpia tanto como sea posible.
Si usted fuma, deje de fumar.
Lávese las manos con frecuencia.
Obtenga suficiente descanso.
Comer una dieta saludable de 5-6 comidas pequeñas al día.
Beba muchos líquidos.
Manténgase físicamente activo.
Limitar el consumo de alcohol.
Recibir una vacuna antigripal anual.
Obtener una vacuna neumocócica.
Evite contacto con personas que tengan un resfriado o la gripe.

Llame al médico si tiene estos síntomas:

Fiebre
Aumento de tos
Moco amarillo o verde
Dificultad para respirar
Sentirse débil y cansado
Pérdida de peso

Tom Green County
Partnership
FOR Better
Health.

Tom Green County
Partnership
FOR Better
Health.

Tom Green County
Partnership
FOR Better
Health.

Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica

EPOC - enfermedad pulmonar obstructiva crónica es una enfermedad que le hace difícil respirar. EPOC generalmente consiste en una combinación de bronquitis crónica y enfisema. Personas con EPOC son más propensas a contraer infecciones respiratorias.

Bronquitis crónica – Significa que tiene las vías respiratorias engrosadas con demasiada mucosidad, tos crónica y un mayor riesgo de infecciones respiratorias.

Enfisema – El daño a los alvéolos (sacos de aire) de los pulmones, causa que el aire quede atrapado y hace más difícil que el oxígeno entre en la sangre.

Pasos para la prevención de las infecciones respiratorias o del empeoramiento de la condición:

Evitar la aire contaminado, químicos en aerosoles y perfumes.
Evitar temperaturas y humedades extremas del aire.
Mantenga su casa sin polvo y limpia tanto como sea posible.
Si usted fuma, deje de fumar.
Lávese las manos con frecuencia.
Obtenga suficiente descanso.
Comer una dieta saludable de 5-6 comidas pequeñas al día.
Beba muchos líquidos.
Manténgase físicamente activo.
Limitar el consumo de alcohol.
Recibir una vacuna antigripal anual.
Obtener una vacuna neumocócica.
Evite contacto con personas que tengan un resfriado o la gripe.

Llame al médico si tiene estos síntomas:

Fiebre
Aumento de tos
Moco amarillo o verde
Dificultad para respirar
Sentirse débil y cansado
Pérdida de peso

Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica

EPOC - enfermedad pulmonar obstructiva crónica es una enfermedad que le hace difícil respirar. EPOC generalmente consiste en una combinación de bronquitis crónica y enfisema. Personas con EPOC son más propensas a contraer infecciones respiratorias.

Bronquitis crónica – Significa que tiene las vías respiratorias engrosadas con demasiada mucosidad, tos crónica y un mayor riesgo de infecciones respiratorias.

Enfisema – El daño a los alvéolos (sacos de aire) de los pulmones, causa que el aire quede atrapado y hace más difícil que el oxígeno entre en la sangre.

Pasos para la prevención de las infecciones respiratorias o del empeoramiento de la condición:

Evitar la aire contaminado, químicos en aerosoles y perfumes.
Evitar temperaturas y humedades extremas del aire.
Mantenga su casa sin polvo y limpia tanto como sea posible.
Si usted fuma, deje de fumar.
Lávese las manos con frecuencia.
Obtenga suficiente descanso.
Comer una dieta saludable de 5-6 comidas pequeñas al día.
Beba muchos líquidos.
Manténgase físicamente activo.
Limitar el consumo de alcohol.
Recibir una vacuna antigripal anual.
Obtener una vacuna neumocócica.
Evite contacto con personas que tengan un resfriado o la gripe.

Llame al médico si tiene estos síntomas:

Fiebre
Aumento de tos
Moco amarillo o verde
Dificultad para respirar
Sentirse débil y cansado
Pérdida de peso

Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica

EPOC - enfermedad pulmonar obstructiva crónica es una enfermedad que le hace difícil respirar. EPOC generalmente consiste en una combinación de bronquitis crónica y enfisema. Personas con EPOC son más propensas a contraer infecciones respiratorias.

Bronquitis crónica – Significa que tiene las vías respiratorias engrosadas con demasiada mucosidad, tos crónica y un mayor riesgo de infecciones respiratorias.

Enfisema – El daño a los alvéolos (sacos de aire) de los pulmones, causa que el aire quede atrapado y hace más difícil que el oxígeno entre en la sangre.

Pasos para la prevención de las infecciones respiratorias o del empeoramiento de la condición:

Evitar la aire contaminado, químicos en aerosoles y perfumes.
Evitar temperaturas y humedades extremas del aire.
Mantenga su casa sin polvo y limpia tanto como sea posible.
Si usted fuma, deje de fumar.
Lávese las manos con frecuencia.
Obtenga suficiente descanso.
Comer una dieta saludable de 5-6 comidas pequeñas al día.
Beba muchos líquidos.
Manténgase físicamente activo.
Limitar el consumo de alcohol.
Recibir una vacuna antigripal anual.
Obtener una vacuna neumocócica.
Evite contacto con personas que tengan un resfriado o la gripe.

Llame al médico si tiene estos síntomas:

Fiebre
Aumento de tos
Moco amarillo o verde
Dificultad para respirar
Sentirse débil y cansado
Pérdida de peso

Tom Green County
Partnership
FOR Better
Health.

Tom Green County
Partnership
FOR Better
Health.

Tom Green County
Partnership
FOR Better
Health.