

Introducción

Opciones de Provox® XtraHME™

Después de su laringectomía, la función de la nariz y las vías respiratorias superiores se pierde porque usted está respirando por el estoma en lugar de por la nariz. El aire que respira no se calienta ni humidifica, lo que con frecuencia provoca un aumento de la producción de mucosidad y tos. Para compensar el efecto humidificante que las vías respiratorias superiores lograban, ahora usted necesita un intercambiador de calor y humedad (Heat and Moisture Exchanger, HME). El HME se coloca sobre el estoma y queda en su lugar con un adhesivo o a un fijador de estoma. El HME acondiciona y humidifica sus vías respiratorias de forma similar a como lo hacía la nariz. La mayoría de las personas que usan constantemente un intercambiador de calor y humedad Provox 24/7 tienen menos problemas de tos y de producción de mucosidad.^{1,2}



1. Trabaje con su médico para encontrar un adhesivo Provox® o un fijador de estoma que mejor le funcione:
 - Pruebe diferentes tipos y formas de adhesivos para encontrar el que mejor le quede.
 - Pruebe otros métodos de fijación como Provox® LaryTube™ o Provox® LaryButton™.
2. Trabaje con su médico para decidir el mejor tipo de HME Provox XtraHME para usted:
 - **Provox XtraMoist™ HME:** da una humidificación superior y mantiene un buen flujo de aire. Úselo durante el día, cuando esté tranquilo.
 - **Provox XtraFlow™ HME:** da un flujo de aire superior. Úselo cuando esté activo físicamente o adaptándose a usar un HME.
3. Lleve un control de los cambios en sus síntomas pulmonares:

Puede llevar algunos días o semanas de uso continuo del HME (24 horas al día, los 7 días de la semana) antes de que comience a notar la reducción de la tos y de la producción de mucosidad. Al principio, puede parecer que aumenta. Eso es normal.

Escriba la cantidad de veces que tose por día antes de empezar a usar el HME. Ahora escriba la cantidad de veces que tose después de usar el HME a los 7, 14, 21 y 28 días. Su tos debería disminuir. Si no lo hace, consulte con su médico.

	Cantidad de tos
Antes de usar el HME	
Día 7 de uso del HME	
Día 14 de uso del HME	
Día 21 de uso del HME	
Día 28 de uso del HME	

¹Ackerstaff AH, et al: Multicenter study assessing effects of heat and moisture exchanger use on respiratory symptoms and voice quality in laryngectomized individuals. JAAO 2003; 126: 705 – 712.

²Hilgers FJM, et al: A new heat and moisture exchanger with speech valve (Provox® Stomafilter). JCO, 1996; 21: 414-418.

4. Use el HME de Provox de forma correcta:

- El casete de HME no es reutilizable y no se puede enjuagar con agua ni con ninguna otra solución (esto quita la sal especial que es esencial para la eficacia del HME).
- Use un HME de Provox las 24 horas del día, los 7 días de la semana; como la nariz.
- Cambie su HME de Provox al menos una vez cada 24 horas o con más frecuencia si se tapó con mucosidad.

Consejo: Quite el HME si tiene que toser.

Consejo: Limpie con una toallita, nunca enjuague, cualquier secreción que pueda haber quedado en el HME.