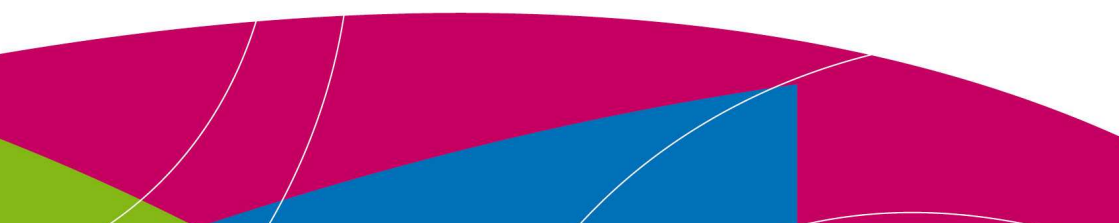


Zuurstoftherapie

Poli Longziekten



Inleiding

Zuurstof is een reuk-, kleur- en smaakloos gas. De dampkring rond de aarde en dus de lucht die wij inademen, bestaat voor 21% uit zuurstof. Wij hebben zuurstof nodig om te leven.

Een tekort aan zuurstof veroorzaakt klachten van kortademigheid en vermoeidheid.

Door langdurig zuurstoftekort kan de (bloed)druk in de longen te hoog worden. Hierdoor kunnen problemen ontstaan met het hart en andere organen. Het toedienen van extra zuurstof kan deze problemen tegengaan of voorkomen.

Zuurstoftherapie wordt gebruikt bij mensen die lijden aan b.v. COPD (zoals chronische bronchitis en emfyseem), Longkanker, onvoldoende hartwerking (hartfalen), Cystic fibrosis, Astma en beroepsziekten die de longen aantasten, zoals de mijnwerkerslong. Zuurstoftherapie wordt altijd door de arts voorgeschreven.

Werking

Zuurstoftherapie zorgt voor meer zuurstof in het bloed en bevordert daarmee de zuurstofvoorziening naar de hersenen, de spieren en de andere organen. Het hart en de longen hoeven hierdoor minder hard te werken. Zuurstoftherapie kan ook de slaap, stemming, alertheid en het geheugen verbeteren, waardoor veel mensen weer een deel van hun dagelijkse bezigheden kunnen hervatten. Door zuurstoftherapie kan de kwaliteit van leven toenemen. De prognose van COPD verbeterd.

Toediening kan zowel thuis als in het ziekenhuis plaatsvinden. Thuis mag zuurstoftherapie alleen worden toegepast nadat er onder deskundige leiding mee is geoefend.

Bijwerkingen

Ondeugdelijke zuurstoftherapie en ook een teveel aan zuurstof kunnen problemen opleveren. Waarschuw onmiddellijk de arts als zich één van de volgende symptomen voordoet:

- hoofdpijn
- slaperigheid / sufheid
- verwardheid
- onrust
- angst
- blauwe lippen of vingernagels
- langzame, moeizame of onregelmatige ademhaling

Hoe gaat zuurstoftherapie in zijn werk?

De arts schrijft voor hoeveel zuurstof u per minuut nodig heeft, wanneer en hoe lang.

Er zijn drie soorten zuurstofbronnen;

1. Binnenshuis kunt u gebruik maken van de zuurstofconcentrator. Dit is een elektrisch apparaat (op wieltjes) dat zuurstof uit de omgevingslucht haalt. De concentrator kan maximaal circa 5 liter zuurstof per minuut leveren. Omdat een concentrator lucht nodig heeft om zuurstof te kunnen produceren, mag deze niet in een afgesloten ruimte staan. Er moet een goede ventilatie in de kamer zijn.
2. Binnen- en buitenshuis kunt u gebruik maken van draagbare zuurstofcilinders. Zij kunnen ingesteld worden op uw gebruik. U kunt een aantal uren met een cilinder doen, afhankelijk van uw gebruik, b.v. als u een 2 liter cilinder heeft en u gebruikt 1 liter zuurstof per minuut dan kunt u daar 6 uur mee doen. Gebruikt u 2 liter zuurstof per minuut dan kunt u daar 3 uur mee doen.
3. Vloeibare zuurstof zit in een moedervat (basistank). Er hoort een kleine draagtank bij. Vloeibare zuurstof verdampt, hierdoor zult u voordat u van huis gaat de draagtank steeds moeten bijvullen vanuit de moedertank.

De uitrusting voor zuurstoftherapie omvat verschillende slangen, bril of maskers en neuscanules (dunne plastic buisjes waar de zuurstof door getransporteerd wordt en die in de neusgaten worden geplaatst).

Zuurstof is brandbaar

Ventileer alle ruimten in huis 24 uur per dag, lucht alle ruimten één keer per dag door, b.v. door de ramen 10 min. tegen elkaar open te zetten.

Zuurstof kan niet uit zichzelf ontploffen of vlam vatten, maar kan vonkjes doen ontbranden en vlammen aanwakkeren. Daarom mag u, en/of anderen in uw nabijheid niet roken als u zuurstof krijgt toegediend. Roken is niet alleen brandgevaarlijk, maar kan ook uw longaandoening verergeren.

Als u zuurstof gebruikt, blijf dan uit de buurt van het gasfornuis, een brandende open haard, kaarsen, andere hittebronnen en open vuur. Voorkom dat er vet, boter, olie of alcohol aan de apparatuur komt. Olie en vet kunnen door contact met zuivere zuurstof spontaan ontbranden. Gebruik ook geen elektrisch scheerapparaat (daar kunnen vonkjes uit komen) op het moment van toediening.

De zuurstoffles kan het beste stevig aan een vast voorwerp worden bevestigd zodat deze niet per ongeluk wordt omgegooid, waardoor iemand zich kan bezeren of de zuurstof kan ontsnappen.

Informeer de brandweer wanneer u zuurstof in huis krijgt. De brandweer kan voorwaarden stellen en adviseren bij het plaatsen van zuurstof in huis. Dit kan het ook bij plaatsing in een verzorgingshuis.

Informeer ook de brandverzekering. Vaak is de melding voldoende zonder gevolgen voor de premie die u betaalt.

Aandachtspunten bij zuurstoftherapie

De buisjes en het elastiek van het gezichtsmasker kunnen huidirritatie veroorzaken. Dit kan voorkomen worden door het gebruiken van een ander type masker of bril. U kunt het probleem tijdelijk oplossen door een verbandgaasje achter de oren en tegen de wangen te leggen. Er bestaan ook

oorbeschermers, dit zijn speciale hoesjes die om het slangetje geplaatst kunnen worden. Verwissel het masker of bril elke twee weken, dit ter voorkoming van het hard worden van het materiaal waardoor het gaat schuren.

Door toediening van de zuurstof kunnen lippen, mond en neus uitdrogen. U kunt dit proberen te beperken door uw huis goed te ventileren. Bij gebruik van vijf liter per minuut of meer kan door de zuurstofleverancier een zuurstofbevochtiger aangebracht worden.

U mag vanwege het brandgevaar geen vette zalf gebruiken (zoals vaseline) zolang u zuurstof gebruikt. Eventueel kunt u vetvrije crème gebruiken die u kunt krijgen bij de apotheek.

Bestel nieuwe zuurstof op tijd: bij voorkeur twee à drie dagen voordat u door uw voorraad heen bent.

Op reis

Raadpleeg uw arts voordat u met vakantie gaat of een poosje weggaat.

In Nederland kan zonder problemen zuurstof geleverd worden op elk willekeurig adres. Ook in het buitenland is zuurstof verkrijgbaar wanneer u tijdig overlegt met de leverancier.

Als u naar het buitenland wilt gaan en vooral als u gaat vliegen, is het verstandig dat u uw arts eerst vraagt of uw conditie dat toelaat. Deze zal u ook adviseren over het aanpassen van de hoeveelheid zuurstof tijdens het vliegen of bij verblijf in een hooggelegen gebied. Zorg dat u goed verzekerd bent tegen ziektekosten.

Het is belangrijk om bij de luchtvaartmaatschappij na te gaan of het vervoer van zuurstof aan beperkingen onderhevig is. Tevens is het nodig om ruim van tevoren te melden dat u zuurstof aan boord nodig heeft. Zelf zuurstof meenemen is niet toegestaan, maar de meeste luchtvaartmaatschappijen kunnen wel zorgen voor zuurstoftoediening tijdens de vlucht. Bij sommige maatschappijen is deze service nogal duur.

Heeft u vragen?

Heeft u vragen neem dan contact op met de poli Longziekten route 60
U kunt vragen naar een van de longverpleegkundigen.

Longverpleegkundigen:

Mw.Suzanne van Meerwijk

Mw.Jacqueline Kierkels

Mw.Rosalie Winkelmolen

De poli Longziekten is bereikbaar (ook voor het maken van een afspraak):

Op werkdagen van 9.00 - 16.00 uur

Telefoon: 0495 - 57 21 90.

Bron: Medic Info

R321.52 2011-04

1206316

