

Zuurstof thuis

In overleg met uw arts heeft u besloten om thuis zuurstof te gaan gebruiken. Zuurstoftherapie wordt gebruikt bij mensen die lijden aan onder andere COPD (chronische bronchitis en emfyseem), longkanker, onvoldoende hartwerking (hartfalen), cystic fibrosis, astma en beroepsziekten die de longen aantasten, zoals een mijnwerkerslong.



Rijnstate

**Neem altijd uw
verzekeringsgegevens
en identiteitsbewijs mee!**

Zuurstoftherapie zorgt voor extra zuurstof in het bloed. Het bevordert daarmee de zuurstofvoorziening naar uw hersenen, spieren en andere organen. Uw hart en longen hoeven hierdoor minder hard te werken. Zuurstoftherapie helpt ook de slaap, stemming, alertheid en het geheugen te verbeteren. Veel mensen kunnen daardoor weer een deel van hun dagelijkse bezigheden hervatten.

Bijwerkingen

Een teveel aan zuurstof kan averechts werken. Het is daarom belangrijk dat u zich aan de voorgeschreven hoeveelheid zuurstof houdt. Waarschuw onmiddellijk de arts als zich één van de volgende symptomen voordoen: hoofdpijn, slaperigheid, verwardheid, onrust, angst, blauwe lippen of blauwe vingernagels. Waarschuw de arts ook altijd als u last krijgt van langzame, moeizame of onregelmatige ademhaling. Ziekte en koorts kunnen extra klachten geven. Raadpleeg ook dan uw arts.

Hoe gaat zuurstoftherapie in zijn werk?

Uw longarts schrijft voor hoeveel zuurstof u gaat gebruiken. Hoeveel extra zuurstof u nodig heeft hangt af van het zuurstoftekort in uw bloed. Uw arts schrijft minimaal 16 uur per dag voor. Dit zal voornamelijk 's nachts zijn.

Belangrijk om te weten

Een zuurstofbehandeling is belastend voor u en uw omgeving en financieel kostbaar. Daarom zijn er enkele voorwaarden waaraan u moet voldoen:

- Uw longarts constateert dat uw toestand niet verbetert met gewone medicijnen en fysiotherapie en dat het zuurstoftekort al twee of drie maanden aanhoudt.
- U bent in staat om de zuurstofbehandeling goed uit te voeren en dit gedurende lange tijd vol te houden. Pas dan heeft u namelijk echt baat bij het extra zuurstofgebruik.
- U rookt niet. Roken werkt het effect van de zuurstof tegen. Als u rookt heeft extra zuurstof dus geen nut. U moet gestopt zijn met roken, voordat u met extra zuurstof mag beginnen. Bovendien is roken gevaarlijk bij zuurstofgebruik.

Zuurstof kan niet uit zichzelf ontploffen of vlam vatten. Het kan wel vonkjes doen ontbranden en vlammen aanwakkeren.

- U of andere mensen in uw omgeving mogen niet roken als u zuurstof krijgt toegediend.
- Blijf uit de buurt van het gasfornuis, een brandende openhaard, 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 geen vette gezichtcrème of lippenbalsem die vaseline bevat. Smeer uw lippen, mond en neus eventueel in met een vetvrije crème. Deze kunt u halen bij de apotheek.
- Gebruik tijdens de zuurstoftoediening geen elektrisch scheerapparaat. Daar kunnen vonkjes uit komen.

Door toediening van de zuurstof kunnen uw lippen, mond en neus uitdrogen. Dit effect vermindert iets door goed te ventileren.

De brandweer kan voorwaarden stellen aan het plaatsen van zuurstof in huis. Dit geldt ook bij plaatsing van de zuurstof in een verzorgingshuis. Informeer daarom altijd de brandweer als u zuurstof in huis krijgt. Stel ook de brandverzekering op de hoogte. Meestal heeft dit geen gevolgen voor de premie die u betaalt. Vertel ook uw burens dat u zuurstof gebruikt.

Goed om te weten

- Bestel zuurstof op tijd, twee à drie dagen voordat u door uw voorraad heen bent.
- Verwissel wekelijks uw zuurstofbril, katheter of kapje.
- Een sticker "Verboden te roken" kunt u gratis bestellen bij Defacto (postbus 16070, 2500 BB Den Haag)

Er bestaan drie soorten zuurstofbronnen voor thuis: de concentrator, de (draagbare) cylinder en het vloeibare zuurstofsysteem.

Uw longarts geeft advies over welke zuurstofbron voor u geschikt is. De leverancier is verantwoordelijk voor de uiteindelijke keuze van de bron.

Op reis

Raadpleeg uw arts als u van plan bent om met vakantie of een poosje weg te gaan. Op elk willekeurig adres in Nederland kan zonder problemen zuurstof worden geleverd. Ook in het buitenland is zuurstof verkrijgbaar. Overleg dit wel op tijd met uw 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. Uw arts 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. Ga bij de luchtvaartmaatschappij na of er beperkingen zitten aan het vervoer van zuurstof. Bovendien moet u ruim van tevoren melden dat u zuurstof aan boord nodig heeft.

Vragen?

Als u nog vragen heeft over zuurstofgebruik, dan beantwoordt de COPD verpleegkundige deze graag.

Telefoonnummers

Rijnstate Arnhem: 088 - 005 7790

Meer informatie kunt u vinden op www.longfonds.nl

Bij Rijnstate kunt u telefonisch en voor de meeste specialismen via www.rijnstate.nl uw afspraak maken.

Rijnstate,
uw ziekenhuis in de regio
Arnhem, Rheden en De
Liemers.
 @rijnstate
 facebook.com/rijnstate

Rijnstate
Postbus 9555
6800 TA Arnhem
T 088 - 005 8888
E info@rijnstate.nl
www.rijnstate.nl