

Zuurstoftherapie thuis

Uw arts heeft u zuurstoftherapie thuis voorgeschreven. Een arts kan zuurstoftherapie voorschrijven als er sprake is van zuurstoftekort in het bloed en de weefsels (hypoxie). Zuurstoftherapie wordt toegepast bij chronische aandoeningen zoals COPD, astma, longkanker, onvoldoende hartwerking (hartfalen), cystische fibrose en sarcoïdose.

Wat is zuurstoftherapie?

Zuurstof is essentieel voor de mens. Normaal gesproken bezit de lucht die wordt ingeademd voldoende zuurstof om van te leven. Echter, iemand met een luchtweg-aandoening kan vanwege ziek longweefsel onvoldoende zuurstof uit de lucht opnemen. Dan is extra zuurstof nodig.

Zuurstoftherapie zorgt voor meer zuurstof in het bloed en bevordert daarmee de zuurstofvoorziening naar de hersen- en spiercellen. 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. U moet zuurstoftherapie dan ook zien als een medische behandeling. Thuis mag zuurstoftherapie alleen worden toegepast nadat er in het ziekenhuis mee is geoefend en u instructie heeft gehad van de leverancier.

Voorwaarden voor zuurstoftherapie

U mag niet roken! Daarnaast mag ook uw huisgenoot niet (binnen) roken. Voordat u kunt beginnen met zuurstoftherapie thuis moet u geruime tijd gestopt zijn met roken.

Procedure bij zuurstoftherapie

- Uw arts schrijft zuurstoftherapie voor.
- In een gesprek met u en eventuele familie hoort u van de arts hoeveel en wanneer u zuurstof gaat gebruiken. In dit gesprek kunt u ook uw vragen stellen.
- Wanneer u met ontslag gaat, wordt gekeken welk zuurstofsysteem het beste bij u past. De zuurstof wordt thuis afgeleverd in uw bijzijn en eventueel in het bijzijn van uw naasten. Ook wordt uitleg gegeven en zo nodig aanpassingen in huis doorgesproken.
- De transferverpleegkundige werkt via Bureau Nazorg in Meander Medisch Centrum. Zij regelt ook eventuele wijkverpleging wanneer dit nodig is. Bij de ontslagprocedure uit het ziekenhuis wordt dit besproken.
- U wordt na ontslag volgens afspraak terugverwacht bij uw arts om uw zuurstofgehalte in uw bloed te controleren en eventuele vragen door te spreken.

Vormen van zuurstoftherapie thuis

- Zuurstoftherapie voor nachtelijk zuurstoftekort
- Zuurstoftherapie voor zuurstoftekort gedurende de gehele dag
- Zuurstoftherapie bij het leveren van inspanning
- Palliatieve zuurstoftherapie (ter verlichting van klachten)

Bezoekadressen:

Meander Medisch Centrum
Maatweg 3
3813 TZ Amersfoort

Locatie Baarn
Molenweg 2
3743 CM Baarn

Locatie Barneveld
(Medisch Centrum de Burgt)
Nederwoudseweg 17
3772 TD Barneveld

Locatie Leusden
(Medisch Centrum de Mulderij)
De Mulderij 2
3831 NV Leusden

Locatie Nijkerk
(De Nije Veste)
Oranjelaan 104
3862 CX Nijkerk

Postadres:

Postbus 1502
3800 BM Amersfoort

Telefoonnummers:

Algemeen: 033 – 850 50 50
Afspraken: 033 – 850 60 70

KvK Gooi en Eemland:

32082917

www.meandermc.nl

Wijze van toedienen

Het toedienen van zuurstof kan op de volgende manieren:

- Via een neusbril
- Via een neuskatheter
- Via een tracheacanule (buisje in de luchtpijp). Alleen in uitzonderlijke gevallen.

U hoort van uw zuurstofleverancier hoe vaak u de neusbril of neuskatheter moet vervangen.

Hoeveel zuurstofstroom heb ik nodig?

De hoeveelheid zuurstof per minuut (de zuurstofstroom) die u nodig heeft, hangt af van het zuurstoftekort in uw bloed. 's Nachts en bij inspanning is soms wat meer nodig. De longarts zal aangeven hoeveel zuurstofstroom u nodig heeft en hoe u de zuurstofstroom moet regelen. U moet zuurstofgebruik zien als een medische behandeling. Een te grote zuurstofstroom kan schadelijk zijn. Het is daarom belangrijk dat u niet zonder overleg met de longarts zelf de hoeveelheid regelt.

Welke zuurstofbronnen kunnen er gebruikt worden?

Zuurstof kan in vier verschillende vormen worden geleverd:

- Vaste concentrator. Dit apparaat is speciaal ontwikkeld voor zuurstoftherapie en haalt de zuurstof uit de omgevingslucht.
- Cilinders. Deze worden in verschillende maten en uitvoeringen bij u thuis geleverd en omgeruild als ze leeg zijn. Deze zijn makkelijk mee te nemen naar buiten.
- Vloeibare zuurstof in een 'moedervat' en een draagbaar vaatje. Afhankelijk van uw zuurstofgebruik komt de leverancier bij u langs om het moedervat weer te vullen.
- Mobiele zuurstofsystemen. De mobiele voorziening kan een systeem met vloeibare zuurstof zijn of een oplaadbare mobiele concentrator.

Houdt u zich verder aan de volgende voorschriften

- U bent verplicht uw behandeling met zuurstoftherapie thuis te melden bij verzekering en brandweer.
- Plaats een NIET-ROKEN sticker op de deur.
- U dient drie meter van open vuur, een meter bij stopcontacten, gordijnen en vitrages en anderhalve meter bij een warmtebron vandaan te blijven.
- De apparaten moeten op een stofvrije plek staan waar voldoende wordt geventileerd.
- Geen vetten/olie/alcohol bij de zuurstofbron. Hierover leest u meer onder het kopje complicaties bij zuurstoftherapie.
- U mag niet koken op een gastoestel.
- Draag bij voorkeur katoenen kleding en gebruik katoenen lakens om statische elektriciteit te vermijden.
- Controleer bij het gebruik van een zuurstoffles regelmatig of er genoeg in de fles zit. Ongemerkt kan er wel eens zuurstof weg stromen.

Mogelijke complicaties bij zuurstoftherapie

- Door toediening van zuurstof kunnen lippen, mond en neus uitdrogen. Voor lippen en neus kunt u een zalfje gebruiken. Deze is via uw huisarts, apotheek en/of leverancier te verkrijgen. Wanneer u een eigen zalfje gebruikt, is het belangrijk dat u deze aan de longarts of huisarts laat zien. Dit is belangrijk omdat sommige bestanddelen schadelijk in gebruik kunnen zijn (vaseline is bijvoorbeeld ontvlambaar). In overleg met uw longarts en zuurstofleverancier kan er een waterreservoir bij uw zuurstof worden aangesloten om een droge mond te voorkomen.
- Door het zuurstofslangetje kunnen er drukplekken ontstaan achter de oren. U kunt dit tegengaan door

gaasjes te gebruiken. Vraag hiernaar bij de huisarts of longarts.

- Te weinig zuurstof is schadelijk, maar teveel zuurstof ook. Teveel zuurstof kan ook leiden tot ademhalingsproblemen. Het is dus erg belangrijk dat u nauwkeurig het voorschrift van uw longarts opvolgt.
- Bij het gebruik van een zuurstofsonde is het mogelijk dat deze te diep is ingebracht waardoor u lucht in uw maag krijgt wat opboeren tot gevolg heeft.
- Zorg dat u niet in aanraking komt met de zuurstofuitlaat van het moedervat. Dit geeft kans op bevriezingsgevaar.

Ook kan zuurstoftherapie thuis andere ongemakken met zich meebrengen. Het zuurstofvat neemt ruimte in beslag en er is altijd een zuurstofkabel van het zuurstofvat naar u toe.

Vergoedingen zuurstoftherapie thuis

Zuurstoftherapie thuis is bij iedere zorgverzekeraar opgenomen in het basispakket. Het wordt dus volledig vergoed door de zorgverzekeraar. U ontvangt geen factuur thuis; de zuurstofleverancier declareert direct bij de zorgverzekeraar.

Vakantie en zuurstoftherapie

Raadpleeg altijd uw arts als u van plan bent om met vakantie te gaan of een poosje weg wilt gaan.

- Als u naar het buitenland gaat en vooral als u gaat vliegen, is het verstandig dat u uw arts eerst vraagt of uw conditie dat toelaat. De arts kan dan eventueel besluiten u een vliegtuigtest te laten ondergaan. De arts zal u ook adviseren over het aanpassen van de hoeveelheid zuurstof tijdens het vliegen.
- 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 te voren te melden dat u zuurstof aan boord nodig heeft. Bij sommige luchtvaartmaatschappijen is het toegestaan uw eigen zuurstof mee te nemen. Bij andere luchtvaartmaatschappijen is er geen andere optie dan dat de maatschappij zelf het regelt.
- De kosten van het aanvragen van zuurstof wisselen erg per luchtvaartmaatschappij. Ook is het per zorgverzekering verschillend of u de kosten geheel vergoed krijgt, een gedeelte of alles zelf moet betalen.

Tot slot

Maakt u zich zorgen of heeft u andere problemen als gevolg van het onderzoek/de behandeling, dan kunt u bellen met uw specialist in het ziekenhuis.

Bij een meerdaagse opname geldt:

- Tot één week na het onderzoek/de behandeling belt u het ziekenhuis via 033 – 850 50 50.
 - Vraagt u tijdens kantooruren (8.00 - 17.00 uur) naar de polikliniek van het betreffende specialisme.
 - Vraagt u buiten kantooruren (17.00 - 8.00 uur) naar de verpleegafdeling van het betreffende specialisme.

Bij een behandeling in dagopname geldt:

- Tot één week na het onderzoek/de behandeling belt u het ziekenhuis via 033 – 850 50 50.
 - Vraagt u tijdens kantooruren (8.00 - 17.00 uur) naar de polikliniek van het betreffende specialisme.
 - Vraagt u buiten kantooruren (17.00 - 8.00 uur) naar de Spoedeisende Hulp.

Bij problemen meer dan een week na ontslag neemt u eerst contact op met uw huisarts of met de Huisartsenpost, tenzij anders is afgesproken met de specialist.