



## Longgeneeskunde

# Zuurstof thuis

### Inleiding

Uw arts heeft u om gezondheidsredenen zuurstof voorgeschreven. Zuurstof is een medicijn en het is belangrijk dat u hier zorgvuldig mee omgaat. De lucht die u inademt bestaat voor ongeveer 21 procent uit zuurstof.

Bij de zuurstofbehandeling die u thuis krijgt wordt 100 procent zuurstof vermengd met de normale lucht die u inademt. Hierdoor wordt het percentage zuurstof dat u binnen krijgt hoger.

### Gebruik

- Het is belangrijk dat u zich houdt aan de hoeveelheid zuurstof die uw arts u heeft voorgeschreven. Het kan gevaarlijk zijn om zelf meer zuurstof te gebruiken
- Belangrijk is het om u aan het voorgeschreven aantal uren per dag te houden anders heeft de behandeling geen zin. Het minimale aantal uren is vijftien uur per dag.
- Wij adviseren u minimaal één maal per veertien dagen de neusbril te vervangen. Bij neusverkoudheid kunt u deze eerder vervangen. De zuurstofbrillen kunt u bestellen bij uw zuurstofleverancier.
- De verlengslang voor de zuurstof is maximaal vijftien meter; deze mag niet verlengd worden.
- U mag niet roken bij zuurstofgebruik omdat de zuurstof dan niet wordt opgenomen in het bloed. Roken doet het effect van zuurstof teniet. De zuurstof kan zich dan niet binden aan de rode bloedcellen. Bovendien is roken bij zuurstofgebruik zeer brandgevaarlijk.

### Dosering

Hieronder vindt u de dosering zuurstof waarmee u naar huis toe gaat. Bij vragen kunt u altijd contact opnemen met de verpleegkundige specialist Lisette Drenthen en Sibylla Bos. Zij zijn te bereiken op werkdagen van 9.00 – 9.30 en van 12.00 – 12.30 uur op telefoonnummer 0543 54 48 11.

*Dosering zuurstof in liters per minuut:*

Overdag:                    \_\_\_ l/min

Tijdens slaap:            \_\_\_ l/min

Tijdens inspanning:     \_\_\_ l/min

### Mogelijkheden

Er zijn diverse mogelijkheden voor het toedienen van zuurstof thuis. Uw arts en/of longverpleegkundige overlegt met u welke mogelijkheid voor u het meest geschikt is.



De mogelijkheden voor zuurstof thuis zijn:

#### *Zuurstofcilinders*

Dit zijn stalen cilinders in verschillende maten. In deze cilinders is de zuurstof opgeslagen onder grote druk. De grote flessen zijn voor het gebruik thuis in geval van stroomuitval. Wanneer u uit huis gaat, kunt u gebruik maken van de draagbare flessen.



*Voorbeeld van een zuurstofcilinder*

#### *Vloeibare zuurstof*

Deze zuurstof zit in een vat, het zogenaamde moedervat. Bij dit moedervat wordt altijd een klein, draagbaar vaatje geleverd. Dit vaatje kunt u zelf vullen vanuit het moedervat en is bedoeld voor buitenshuis.



*Voorbeeld van vloeibaar zuurstof*

#### *De concentrator*

Dit is een apparaat dat zelf zuurstof aanmaakt uit de omgevingslucht. Het apparaat werkt op elektriciteit. Er wordt bij een zuurstofconcentrator altijd een zuurstofcilinder geplaatst, zodat u nooit zonder zit als er bijvoorbeeld een stroomstoring is. Omdat de concentrator zuurstof uit de omgevingslucht haalt, is het ventileren van de ruimte zeer belangrijk.



*Voorbeeld van een zuurstofconcentrator*



### **Bijwerkingen**

Extra zuurstofgebruik kan een aantal bijwerkingen hebben namelijk

- Door de zuurstof kan het slijmvlies van de luchtwegen uitdrogen en gaan irriteren. U kunt dit voorkomen met een bevochtiger. Gebruikt u meer dan vier liter zuurstof per minuut, dan kunt u dit aanvragen bij uw zuurstofleverancier.
- Een zuurstofslangetje kan irritatie geven bij de neus. U mag geen vette zalf gebruiken zolang u zuurstof gebruikt vanwege het brandgevaar. Vet en zuurstof kunnen ontbranding geven. Eventueel kunt u vetvrije crème van de apotheek gebruiken.
- Gebruik van teveel zuurstof kan tot klachten leiden, zoals hoofdpijn. Gebruik dus nooit op eigen initiatief meer zuurstof per minuut dan voorgeschreven door uw arts.

### **Veiligheidsmaatregelen**

- Zuurstof zelf is niet brandbaar. Brandbaar materiaal kan door vermenging met zuurstof wel sneller ontbranden. Houd daarom alle vormen van open vuur (kaarsen, gasfornuis etc.) uit de buurt van zuurstof en rook nooit tijdens het gebruik van zuurstof.
- Gebruik of berg zuurstof niet op in een ruimte waar brandbare materialen, zoals olie, vet, spuitbussen en dergelijke opgeslagen zijn.
- Gebruik geen vette zalf en/of crème als u zuurstof gaat gebruiken. Olie en vetten kunnen in combinatie met zuurstof ontbranden. Eventueel kunt u in overleg met de long-verpleegkundige, vetvrije crème van de apotheek gebruiken.
- Informeer de brandweer dat u, op voorschrift van de arts, zuurstof in huis hebt. Stelt u ook uw brandverzekering op de hoogte. De verzekeraar wil op de hoogte zijn van een verhoogd risico. De melding van 'zuurstof in huis' voor kennisgeving aangenomen, zonder gevolgen voor de premie die u betaalt.
- Zorg voor voldoende ventilatie in de ruimte waar zuurstof wordt gebruikt en waar de zuurstof staat opgeslagen.
- Breng stickers aan op de voor- en achterdeur dat het verboden is te roken. Deze worden vaak meegeleverd door de firma.
- De zuurstofapparatuur en materialen die u nodig heeft voor de zuurstofbehandeling thuis, levert een firma aan huis. Welke firma dit doet is afhankelijk van uw verzekering.
- De filter van de concentrator (achterop los te halen) moet wekelijks uitgezogen worden met de stofzuiger. Mag evt. onder de kraan afgespoeld maar dan moet deze heel goed droog zijn, voordat hij teruggeplaatst wordt Dit kan dus alleen, als u een reservefilter hebt.

De firma kan u ook veel specifieke informatie geven over het gebruik van de zuurstof en de materialen. U kunt contact met hen opnemen wanneer u vragen hebt of wanneer er nieuwe materialen moeten komen. Doe dit wel op tijd want het kan een week duren voordat de materialen geleverd kunnen worden.

Bij gebruik van zuurstof thuis wordt de longverpleegkundige ingeschakeld om u thuis verder te begeleiden. Deze neemt zo spoedig mogelijk contact met u op om een afspraak te maken.



### Zuurstof op vakantie

Als u dat wilt en uw arts heeft geen bezwaar, dan kunt u met zuurstof ook op vakantie. Informatie hierover kunt u aanvragen bij uw zorgverzekeraar en zuurstofleverancier. Het aanvragen van zuurstof op een andere plaats in Nederland of het buitenland moet wel vier tot zes weken van te voren gebeuren.

Zuurstof in het vliegtuig<sup>1</sup> gebruiken is vaak ook mogelijk.

U dient bij het maken van de boeking van uw vlucht direct aan de vliegtuigmaatschappij aan te geven dat u zuurstof wenst te gebruiken.

Uw vliegtuigmaatschappij regelt samen met u deze voorziening in het vliegtuig. De kosten voor zuurstof in het vliegtuig worden door uw zorgverzekeraar **niet** vergoed en komen derhalve voor uw eigen rekening.

**Let op:** het is verboden om zelf zuurstofcilinders of vloeibare zuurstof mee te nemen in het vliegtuig. U zult geweigerd worden op de vlucht.

### Vragen

U kunt bij vragen ook altijd contact opnemen met de verpleegkundig specialist Longgeneeskunde. Zij zijn te bereiken op werkdagen van 9.00 – 9.30 en van 12.00 – 12.30 uur op telefoonnummer 0543 54 48 11.

Bij de thuiszorgorganisatie Sensire werken ook longverpleegkundigen, namelijk: Joke Wieggers (T 06 10 10 16 25) en Marloes te Loeke (T 06 10 89 64 55).

### Geheimhouding en recht op privacy

Alle medewerkers van ons ziekenhuis hebben een geheimhoudingsplicht. Verder heeft u als patiënt recht op privacy. Uitgebreide informatie hierover kunt u vinden in de folder 'De rechten en plichten van de patiënt'. Deze is verkrijgbaar op de afdeling en bij de patiënteninformatie in de centrale hal. Daarnaast is deze folder te vinden op: [www.skbwinterswijk.nl](http://www.skbwinterswijk.nl).

---

foldernummer: lon 355 versie: juni 2017

---

<sup>1</sup> Informatie door Vivisol Nederland