



Zuurstof

Longgeneeskunde

Locatie Hoorn/Enkhuizen

Zuurstof

Bij sommige longaandoeningen is de aanvoer van zuurstof via de longen naar het bloed verminderd. Dan kan er een zuurstoftekort ontstaan. Een langdurig tekort kan leiden tot geestelijke verwarring en hartklachten. Extra zuurstofgebruik kan deze problemen voorkomen of tegengaan en daarnaast ervoor zorgen dat uw conditie minder snel achteruit gaat. De ervaring is dat veel patiënten merken dat ze met extra zuurstof meer kunnen.

Voorwaarden voor zuurstof thuis

Een onderhoudsbehandeling met zuurstof is belastend voor u, maar is ook een hele kostbare behandeling.

Als u rookt heeft extra zuurstof geen zin: roken doet het effect van de zuurstof teniet. **Daarbij is roken in combinatie met zuurstof zonder meer gevaarlijk:** de kans op brand en op ernstige brandwonden is groot. Voordat u kunt beginnen aan zuurstof thuis moet u dan ook gestopt zijn met roken.

Er mag niet gerookt worden in de nabijheid van degene die zuurstof gebruikt. Een 'Verboden te roken'- sticker kan helpen om dit duidelijk te maken.

Hoeveel en hoelang zuurstof?

De hoeveelheid extra zuurstof per minuut die u nodig heeft, hangt af van het zuurstoftekort in uw bloed.

s'Nachts en bij inspanning is meestal wat meer nodig. Uw longarts zal aangeven hoeveel zuurstof u moet gebruiken.

Extra zuurstof moet u zien als een geneesmiddel. Een te grote zuurstofstroom kan schadelijk zijn.

Bij inspanning verbruikt ons lichaam meer energie en zuurstof. Als u bijvoorbeeld gaat wandelen, kunt u 's ochtends een extra boterham eten. Maar van zuurstof kunt u geen voorraad aanleggen. Daarom is het belangrijk om bij inspanning zuurstof te gebruiken. Gebruik daarnaast vooral 's nachts zuurstof, zuurstof tijdens de slaap is belangrijk omdat de ademhaling dan op een wat lager pitje staat dan wanneer u op bent.

Gebruik nooit op eigen houtje meer zuurstof dan voorgeschreven. Teveel zuurstof kan averechts werken. Dit kan uiteindelijk hoofdpijn, prikkelbaarheid, slaperigheid en bewustzijnsstoornissen geven.

Veiligheid

Tijdens het ademen wordt maar een deel van de zuurstof uit de lucht opgenomen. Wanneer u extra zuurstof gebruikt, bevat de lucht die u uitademt daarom ook meer zuurstof dan 'gewone' uitademingslucht. Hierdoor wordt de lucht in huis zuurstofrijk. Zuurstof kan zelf niet branden, maar zorgt er wel voor dat andere materialen zeer heftig branden.

Olie en vet kunnen door contact met zuivere zuurstof spontaan ontbranden. Zorg dus dat er geen vet, boter, olie of alcohol (denk aan crèmes en lotions!) aan de apparatuur komt.

Tips voor de veiligheid

- In sommige gemeenten moet u de plaatselijke brandweer op de hoogte stellen van de aanwezigheid van zuurstofcilinders of vloeibare zuurstof.
- Het is ook verstandig om de verzekeringsmaatschappij waar u een inboedel- of opstalverzekering (brandverzekering) heeft op de hoogte te stellen van uw zuurstofgebruik. Meestal is dit geen reden voor premieverhoging.
- Als u regelmatig zuurstof meeneemt in de auto, moet u ook de verzekeringsmaatschappij van de auto inlichten.
- Via uw zorgverzekering kunt u de extra elektriciteit/stroom kosten vergoed krijgen.
- Men moet steeds zorgen voor een goede ventilatie in de ruimte waar zuurstof wordt gebruikt of opgeslagen.

Verboden

- Tijdens zuurstoftherapie gebruikt men geen elektrische apparaten (haardroger, scheerapparaat).
- Er wordt niet gerookt op de plaats waar men zuurstof gebruikt of manipuleert.
- Zuurstof mag niet in een gesloten ruimte bewaard worden.
- De zuurstofconcentrator of container mag niet bij een warmtebron geplaatst worden (kachel, radiator, open haard, brandende kaars).
- Delen van de installatie mogen niet ingevet worden, dit geeft risico op ontploffing.

-
- Men mag geen vette stof gebruiken op het lichaam zoals vaseline of olie.
- Brandbare, vluchtige stoffen zoals alcohol of ether (parfum en after shave) mogen niet in de omgeving van zuurstof gebruikt worden.

Door zuurstoftoediening kunnen lippen, mond en neus uitdrogen.

- Gebruik hiervoor een neuszalf op **waterbasis**.

Op vakantie

Overleg uw reisbestemming met uw behandelende arts. Informeer bij hem/haar of uw bestemming een goede keuze is in combinatie met je ziekte-toestand voor u de reis reserveert. Indien u gaat vliegen, kan hij, zij u adviseren over het aanpassen van de hoeveelheid zuurstof tijdens de vlucht of bij verblijf in hoog gelegen gebied. Denk eraan.....er valt veel te regelen!

Informeer wat de mogelijkheden zijn en wat de kostprijs is voor zuurstofgebruik op uw reisbestemming. Doe dit voor u de reis reserveert. Informeer vooraf bij uw zuurstofleverancier.

Vervangen van de slangen:

Neusbril: elke 14 dagen

Lange slang: elk ½ jaar

Maximale lengte 15 meter (12 m slang + bril met slang)

Oorbeschermers aanvragen bij de bezorger.

Voor meer informatie verwijzen wij u naar de folder: "zuurstof thuis" van het Longfonds. www.longfonds.nl

Locatie Enkhuizen

Molenweg 9b
1601 SR Enkhuizen
T. 0228 312 345

Locatie Hoorn

Maelsonstraat 3
1624 NP Hoorn
T. 0229 257 257

Locatie Purmerend

Waterlandlaan 250
1441 RN Purmerend
T. 0299 457 457

Locatie Volendam

Heideweg 1b
1132 DA Volendam
T. 0299 457 001

Postbus 600, 1620 AR Hoorn

www.dijklander.nl
info@dijklander.nl



FLD-00568-NL 08-01-2019