



Patiënteninformatie

Zuurstoftherapie

Inleiding

In deze brochure vindt u meer informatie over zuurstoftherapie. We hebben deze brochure ontworpen om u wegwijs te maken vanaf het voorschrift van de arts tot het gebruik van zuurstof thuis en het reizen met zuurstof.

Heeft u na het lezen van deze brochure nog vragen? Aarzel dan zeker niet ze te stellen. Uw behandelende arts, verpleegkundige, sociale dienst of apotheker geeft u graag meer uitleg.

De medewerkers van pneumologie

Belang van zuurstof

De mens heeft zuurstof nodig om te kunnen leven. De lucht die wij inademen bestaat voor een vijfde uit zuurstof. De longen nemen zuurstof op uit de lucht en geven deze af aan het bloed. Via de bloedsomloop wordt het lichaam voorzien van zuurstof, die omgezet wordt in energie. De afvalstoffen die hierbij vrijkomen (koolzuurgas of CO₂) worden via het bloed terug naar de longen gevoerd en tenslotte uitgeademd.

Bepaalde aandoeningen kunnen leiden tot zuurstoftekort in het lichaam. Met zuurstoftherapie kan extra zuurstof langs de neus en/of mond worden ingeademd. Er komt dan via de longen meer zuurstof in het bloed waardoor het hart en de bloedvaten het lichaam efficiënter van zuurstof kunnen voorzien.

Zuurstof is een geneesmiddel en wordt door een arts voorgeschreven. Zuurstof wordt aangeduid door het symbool O₂.

Medisch voorschrift

Het is belangrijk dat u het medisch voorschrift nauwgezet opvolgt. Zuurstof is niet verslavend, maar als u te weinig of te veel zuurstof gebruikt, kan dit ernstige gevolgen hebben zoals kortademigheid, sufheid en bewusteloosheid. Het aantal liter zuurstof per minuut mag dus alleen verhoogd of verlaagd worden op advies van uw arts.

Uw arts heeft op .../.../... de volgende zuurstoftherapie voorgeschreven:

Aantal liter per minuut

De zuurstof moet gebruikt worden

- Continu
- Enkel 's nachts
- Bij kortademigheid/inspanning

Het debiet mag verhoogd worden bij inspanning/kortademigheid

- Neen
- Ja (tot liter/minuut)

Zuurstofbronnen

Zuurstof kan via drie bronnen toegediend worden: gasflessen, een zuurstofconcentrator of vloeibare zuurstof.

Gasflessen

Dit zijn flessen waarin de zuurstof is opgeslagen onder de vorm van gas. Voor zuurstofgebruik bij verplaatsingen bestaan kleine gasflessen (met of zonder spaarventiel) die in een draagtas of rugzak kunnen meegedragen worden.

Gasflessen zijn verkrijgbaar op medisch voorschrift bij de apotheek. Het voorschrift bij de start van de zuurstoftherapie moet opgemaakt worden door de longarts. Het voorschrift voor de volgende leveringen mag opgemaakt worden door de huisarts. De levering van de gasflessen gebeurt door de apotheek zelf of door de zuurstofleverancier.



Zuurstofconcentrator

Dit is een elektrisch apparaat dat ongeveer 20 tot 30 kg weegt en vergelijkbaar is met een klein meubeltje op wielen. De zuurstofconcentrator scheidt de zuurstof van de stikstof die in de lucht aanwezig is. Dit toestel kan ook meegenomen worden op reis.

Bij de behandeling voor een korte periode kan de aanvraag voor een zuurstofconcentrator ingediend worden door de longarts of door de huisarts. Voor langdurige behandeling moet de aanvraag altijd gebeuren door een longarts. Het Riziv legt bij langdurige therapie ook een aantal voorwaarden op om in aanmerking te komen voor dit systeem. De firma staat in voor de levering en het onderhoud van het toestel. Voor verplaatsingen buitenshuis kunt u een draagbaar gasflesje (eventueel met spaarventiel) aanvragen.



Vloeibare zuurstof

De zuurstof wordt opgeslagen in een grote tank onder vloeibare vorm bij een temperatuur van -183°C . Er bestaan twee soorten containers:

- De basiseenheid die bedoeld is voor thuis.
- De draagbare eenheid waarmee u zich kunt verplaatsen.

Het Riziv heeft een aantal voorwaarden opgesteld om in aanmerking te komen voor vloeibare zuurstof. Alleen een longarts kan de aanvraag voor vloeibare zuurstof indienen. De firma staat in voor de levering en het onderhoud van de toestellen.



Toedienen van zuurstof

Vanuit het zuurstofapparaat gaat de zuurstof via een leiding naar de gebruiker. De zuurstof kan op verschillende manieren toegediend worden:

- Via een neusbril.
- Via een masker.

Neusbril

De twee uiteinden van de bril worden in de neusgaten geplaatst met de kromming naar beneden. Het steunstukje rust op de huid om de uiteinden in de juiste positie te plaatsen. De lus van de zuurstofbril wordt achter de oren aangebracht en dan onder de kin zacht aangespannen.



Let op dat de lus niet te strak aangespannen wordt om drukpunten ter hoogte van de oren en neus te vermijden. U kunt drukwonden aan uw oren voorkomen door een zacht doekje of kompres achter uw oren te plaatsen. Wanneer irritatie of wondjes in uw neus ontstaan, kunt u gebruik maken van een verzachtende zalf (zonder vaseline).

Via een neusbril kan **maximaal zes liter zuurstof per minuut** toegediend worden.

Om na te gaan of er zuurstof uit de neusbril komt kunt u de neusbril ter hoogte van ogen of huid houden om de luchtstroom te voelen.

De neusbril moet enkel vervangen worden wanneer hij verhard of extreem vuil is.

Masker

Het masker wordt over de neus en de mond geplaatst en rond het hoofd bevestigd met een elastiek. Sommige zuurstofmaskers hebben een metalen plaatje aan de buitenkant ter hoogte van de neus waarmee de vorm van het masker kan aangepast worden aan de grootte van de neus en het gezicht.



Het toedienen van zuurstof met een masker kan soms leiden tot irritatie van de ogen. Verzachtende oogdruppels, bijvoorbeeld kunsttranen, kunnen deze irritatie verhelpen. Een masker wordt gebruikt bij de toediening van vijf liter zuurstof per minuut of meer.

Het masker moet enkel vervangen worden wanneer het systeem extreem vuil of verhard is.

Verlengleiding

Om een goede zuurstoftoediening te verzekeren is het aan te raden de verlengleiding te beperken tot maximum vijftien meter.



Veiligheidsvoorschriften

Zuurstof op zich is niet explosief. Er is enkel brandgevaar wanneer zuurstof in contact komt met een warmtebron, vet, olie, alcohol of vaseline. Om brand en brandwonden te vermijden, zijn volgende maatregelen aangewezen:

- Rook nooit tijdens het zuurstofgebruik.
- Plaats de zuurstofbron nooit in de omgeving van een warmtebron (fornuis, kachel, haardroger) of ontstekingsbron (microgolfoven, stopcontact, tv). Gebruik geen zuurstof tijdens het koken op een gasvuur. Houd minstens drie meter afstand van een open vuur. Stel de bron nooit direct bloot aan fel zonlicht.
- Gebruik nooit vet, olie of alcohol aan het toestel, de zuurstofbril, het masker of de neussonde.
- Als uw neus geïrriteerd is, gebruik dan geen vaseline. U kunt uw neus wel verzorgen met zalf (mag geen vaseline bevatten). Korsten kunnen verwijderd worden met fysiologisch water.
- Vermijd het gebruik van haarspray of parfum in de nabijheid van een warmtebron.
- Als u vloeibare zuurstof gebruikt, raak dan de bevroren onderdelen bovenaan bij de basiseenheid en onderaan bij de draagbare eenheid niet aan. Vermijd bij het vullen sporen van vocht op de draagbare eenheid: de rijm die tijdens het vullen eventueel gevormd worden, kan het ontkoppelen bemoeilijken en eventueel vrieswonden veroorzaken. Draag de draagbare eenheid niet onder de kleding.
- Plaats de basiseenheid en de draagbare eenheid bij vloeibare zuurstof of de zuurstofconcentrator altijd in een goed geventileerde ruimte.

Rookstop

Naast de gezondheidsnadelen en het risico op brandwonden, is roken tijdens zuurstoftherapie ook erg nadelig voor het effect van de therapie. Rookwaren bevatten namelijk koolstofmonoxide (CO) dat een grotere aantrekkingskracht heeft voor hemoglobine (bloedcellen) dan zuurstof, waardoor geen maximaal effect van zuurstof bekomen wordt. Vraag zo nodig rookstopbegeleiding aan uw arts of verpleegkundige.

Zuurstofgebruik in de auto, bus of trein

- **Gasflessen:** kunnen liggend of staand vervoerd worden. Maak ze goed vast zodat ze niet kunnen omvallen of weggrollen.
- **Vloeibare zuurstof:** de basiseenheid mag niet vervoerd worden in de auto, bus of trein. De draagbare eenheid kan wel meegenomen worden, maar moet altijd in verticale positie geplaatst worden om te voorkomen dat de zuurstof gaat lekken.
- **Concentrator:** mag vervoerd worden in de auto, bus, of trein. Dit kan handig zijn wanneer u gedurende een bepaalde periode buitenshuis verblijft. Tijdens het transport kan gebruik gemaakt worden van een draagbaar gasflesje.

Op vliegreis met zuurstof

Als u een reis met het vliegtuig plant en zuurstof nodig hebt tijdens de vlucht en het verblijf, is het belangrijk om dit eerst te bespreken met uw longarts, het ziekenfonds en de luchtvaartmaatschappij. Daarnaast is ook een goede planning op de dag van uw vertrek noodzakelijk.

Hoe lang gaat een zuurstoffles of een draagbare eenheid mee?

U heeft zuurstof nodig, maar dat betekent niet dat u thuisgebonden bent. Integendeel, beweging is essentieel voor uw conditie. Om u meer bewegingsvrijheid te geven, zijn er draagbare toestellen beschikbaar.

Hoe lang gaat een zuurstoffles mee?

De duur van de zuurstoflevering is afhankelijk van de druk en de grootte van de fles en het nodige zuurstofdebiet.

$$\text{Duur zuurstoflevering (minuten)} = \frac{\text{druk in de fles (bar)} \times \text{inhoud van de fles (liter)}}{\text{zuurstofdebiet (liter/minuut)}}$$

Bijvoorbeeld: een persoon gebruikt 3,5 liter zuurstof per minuut met een zuurstoffles van 7 liter. De manometer duidt 150 bar aan.

De gasfles gaat mee gedurende: $150 \times 7 / 3,5 = 300$ minuten of 5 uur.

Bij aanwezigheid van een spaarventiel zal de gebruiksduur aanzienlijk verhogen.

Hoe lang gaat een draagbare eenheid vloeibare zuurstof mee?

Debiet liter/minuut	Tijd dat de draagbare eenheid meegaat:	
	Eenheid van 0,5 liter	Eenheid van 1,2 liter
0,5	10 uur	22 uur
1	5 uur	11 uur
1,5	3 uur	8 uur
2	2,5 uur	6 uur
3	2 uur	4 uur
4	/	3 uur
5	/	2 uur

Meer informatie

Ziekenhuis AZ Turnhout

- Campus St. Elisabeth (014/ 40.60.11)
Rubensstraat 166 – 2300 Turnhout
- Campus St. Jozef (014/ 40.60.11)
Steenweg op Merksplas – 2300 Turnhout

Artsen

- Campus St. Elisabeth (014/ 40.68.05)
 - Dr. Driesen
 - Dr. Van den Heuvel
- Campus St. Jozef (014/ 44.44.10)
 - Dr. Dewispelaere
 - Dr. Vanhees

Hoofdverpleegkundigen

- Campus St. Elisabeth: Van Mechelen Maud (014/ 40.65.01)
- Campus St. Jozef: Van Hoorenbeeck Joris (014/ 44.42.59)

Sociale dienst

- Campus St. Elisabeth: Francis Starckx (014/ 40.68.31)
- Campus St. Jozef: Lieve Noyen (014/ 44.41.20)

Kinesist

- Campus St. Elisabeth (014/ 40.63.44)
- Campus St. Jozef (014/ 44.44.80)

Ergotherapeut

- Campus St. Elisabeth (014/ 40.63.41)
- Campus St. Jozef (014/ 44.42.18)

AZ Turnhout vzw

www.azturnhout.be

info@azturnhout.be



Blijf op de hoogte via www.facebook.com/azturnhout



Campus Sint-Jozef

Steenweg op Merksplas 44

2300 Turnhout

014 40 60 11



Campus Sint-Elisabeth

Rubensstraat 166

2300 Turnhout

014 40 60 11