

Zuurstof

Informatie over zuurstoftherapie



Inleiding

Normaliter krijgen we door adem te halen voldoende zuurstof binnen, maar als de longen niet goed functioneren door bepaalde ziekten, kan extra zuurstof nodig zijn. Als u dit informatieboekje voor u heeft liggen, is de kans groot dat uw arts u extra zuurstof voorgeschreven heeft. We kunnen ons voorstellen dat dit veel vragen oplevert. In dit informatieboekje willen we u daarom meer vertellen over de zuurstoftherapie en de apparatuur die hierbij gebruikt wordt. We hopen op deze manier uw vragen te beantwoorden en u gerust te stellen over het gebruik van extra zuurstof. Uiteraard stopt onze service niet bij dit boekje. We zijn altijd bereikbaar voor eventuele vragen die u na het lezen van deze informatie nog heeft. Total Care is telefonisch bereikbaar via 013 - 531 35 35 tussen 08:30 en 17:00 op werkdagen. In geval van spoed kunt u te allen tijde hetzelfde nummer bellen.

Total Care biedt een moderne selectie apparatuur waarbij vrijheid en onafhankelijkheid centraal staan. Wij hebben bewust gekozen voor apparatuur die zuurstof uit de omgeving haalt, zodat u niet afhankelijk bent van een externe partij om zuurstofcilinders te leveren. Daarnaast biedt onze apparatuur de mogelijkheid om zelf cilinders te vullen of kunt en voor mobiele apparatuur kiezen. Zo behoudt u uw vrijheid om te gaan en staan waar u wilt en toch voorzien te blijven van zuurstof. Mocht er toch onvoorzien iets gebeuren, staan wij altijd klaar u te helpen.

Zuurstof

Zuurstof is een gas dat essentieel is voor ons bestaan. Zonder zuurstof kan ons lichaam simpelweg niet functioneren. Een mens kan dan ook maar een paar minuten zonder zuurstof. De zuurstof die we inademen komt via de longen in het bloed en gaat met het bloed naar de plaatsen waar energie nodig is. Onze longen zorgen er ook voor dat het overtollige koolstofdioxide (CO₂) uit het bloed komt en uiteindelijk wordt uitgeademd.

Bij een longziekte, bijvoorbeeld ernstig COPD, kan het zijn dat er minder zuurstof via de longen naar uw bloed gaat. Het gevolg kan zijn dat er te weinig zuurstof in uw bloed terecht komt. Als dat zuurstoftekort maanden duurt, kan de bloeddruk in de longen hoger worden (dit is een andere bloeddruk dan de bloeddruk die aan uw arm wordt gemeten). Dit kan ervoor zorgen dat uw bloed nog slechter zuurstof opneemt. Daardoor kunnen problemen met het hart en andere organen ontstaan. Extra zuurstofgebruik kan deze problemen tegengaan of voorkomen.

Het belangrijkste van de zuurstofbehandeling is dat uw levensverwachting toeneemt. Bovendien kunt u zich wellicht beter inspannen en raakt u minder snel vermoeid, waardoor u weer meer kunt doen. Dit merkt echter niet iedereen. Het kan dus zijn dat extra zuurstof voor een betere kwaliteit van leven zorgt, zonder dat u het bewust doorheeft. Mocht u niet veel verschil merken, onthoud dan dat de extra zuurstof uw lichaam wel degelijk goed doet.

De longarts heeft met u besproken dat u thuis zuurstof gaat gebruiken. Bij verschillende ziekten kan het geven van extra zuurstof noodzakelijk zijn. De hoeveelheid zuurstof in het bloed heet de saturatie. Normaal gesproken ligt de zuurstofsaturatie tussen de 95% en 99%. Door een longziekte kan dit dalen naar minder dan 90%. Dat maakt benauwd, moe en na verloop van tijd ontstaat er zuurstofgebrek in organen, zoals het hart en de hersenen. Als de zuurstofsaturatie langdurig te laag is, is extra zuurstof nodig om schade te voorkomen. Uw longarts schrijft voor hoeveel zuurstof u toegediend krijgt. Dit wordt bepaald aan de hand van het zuurstoftekort in uw bloed. Houdt u zich altijd aan het voorschrift van de arts. Teveel of te weinig zuurstof kan schadelijk zijn voor uw gezondheid.

Therapie en bijwerkingen

Bij lange termijn zuurstoftherapie schrijft de arts normaliter minimaal 16 uur per dag voor. Het grootste deel hiervan zal 's nachts zijn. De ademhaling is 's nachts namelijk vaak oppervlakkiger, waardoor er eerder zuurstoftekort ontstaat. Maar het kan ook zijn dat uw arts 24 uur per dag voorschrijft, mocht die dit nodig achten voor uw gezondheid. Er is ook nog een mogelijkheid dat er andere uren voorgeschreven worden bij inspanning of in de laatste levensfase. De arts zal hier per patiënt een plan voor opstellen. Daarnaast zal uw arts een aantal liters per minuut voorschrijven. Het gemiddelde gebruik is 1 á 2 liter per minuut.

In sommige gevallen kan het nodig zijn om meer dan 2 liter per minuut te gebruiken. Let hierbij wel op dat alleen uw arts mag besluiten tot meer of minder liters per minuut over te gaan. Het is dus extra belangrijk om het voorschrift van uw arts te volgen. Total Care zal er altijd voor zorgen dat de liters per minuut correct zijn ingesteld op uw apparatuur, maar het kan geen kwaad om regelmatig even te controleren of de instellingen nog juist zijn.

Zuurstof heeft, bij het naleven van het voorschrift van de arts, geen ernstige bijwerkingen. Er zijn wel een aantal andere bijwerkingen waar u last van kunt krijgen door de therapie, namelijk:

Een droge neus. Vaak ontstaat hierdoor irritatie van het neusslijmvlies. Om dit te voorkomen kunt u gebruiken maken van Nisita neuszalf (verkrijgbaar bij uw leverancier).

Irritatie van de neus, keel of oren door de neusbril. Er zijn oorbeschermers beschikbaar, we kunnen deze altijd aan u leveren. De irritatie aan uw neus kunt u verminderen met het hierboven aangegeven product. Let erop dat u altijd crèmes of zalf gebruikt op waterbasis. Zalf op oliebasis is namelijk ontvlambaar.



Veiligheid

Voorwaarden

- 1 Stop met roken. Door het roken doet u het effect van de zuurstof teniet. Niet roken is één van de voorwaarden voor het leveren van zuurstof aan huis. Daarnaast is er een groter risico op brand- en ontploffingsgevaar.
- 2 Zorg ervoor dat anderen niet in uw nabijheid roken.
- 3 U dient altijd het voorschrift van uw arts op te volgen. De zuurstof therapie heeft alleen nut als u het regelmatig en correct gebruikt. Pas nooit het aantal liters per minuut zelf aan zonder overleg met een arts.
- 4 Neem altijd contact met ons op als u vragen heeft of twijfelt over bepaalde situaties. Wij hebben de expertise in huis om u weer op weg te helpen.
- 5 Zorg ervoor dat u altijd de veiligheidsvoorschriften opvolgt.

Brandveiligheid

- 1 *Luchtverversing*: ventileer alle ruimtes in huis 24 uur per dag, zeker de kamer waar u verblijft, en lucht alle ruimten één keer per dag door de ramen tegen elkaar open te zetten.
- 2 *Olie en vet*: voorkom dat er vet, boter, olie of alcohol (drank, crèmes, lotions of iets anders) op de apparatuur terecht komt. Oliën en vetten kunnen door contact met zuivere zuurstof spontaan ontbranden.
- 3 *Niet roken*: we kunnen niet genoeg benadrukken hoe belangrijk het is dat u niet rookt, maar hetzelfde geldt ook voor de mensen om u heen.
- 4 *Open vuur*: u mag niet koken op gas en geen waxinelichtjes of kaarsen branden. Houd minstens 3 meter afstand van een open haard of vuurkorf. Blijf het liefst uit de buurt van open vuur.

Instructies

De voorkeur gaat uit voor toediening via de neus met een neusbril. Deze bril hangt over de oren en steekt een stukje in beide neusgaten. Er zijn verschillende neusbrillen verkrijgbaar, dus als u problemen ervaart met één type bril, dan horen we dat graag. We zullen dan samen met u kijken naar een oplossing. Mocht er irritatie ontstaan bij het gebruik van de neusbril, gebruik dan nooit Vaseline. Dit is vet en daardoor brandbaar. U kunt in dit geval gebruik maken van de Nisita neuszalf. Deze neuszalf is op waterbasis en daardoor ook minder gevaarlijk in gebruik. Deze is te verkrijgen via onze webshop op: www.totalcaregroep.nl

Ook kunt u wat irritatie krijgen bij uw oren. Hiervoor hebben wij speciale oorbeschermers in ons assortiment. U kunt deze aanvragen via onze customer support telefonisch via 013-5313535 of per mail via info@totalcaregroep.nl

Verwissel de neusbril zeker elke twee weken. De neusbrillen worden na lang gebruik hard en kunnen dan gaan schuren. Ook qua hygiëne is het verstandig om de periode van twee weken aan te houden. Mocht u uw laatste zuurstofbril hebben aangesloten, dan raden we u aan contact op te nemen met Total Care voor nieuwe.

In sommige gemeenten bent u verplicht om de brandweer in te lichten over het feit dat u zuurstof in huis heeft. In andere gemeenten is het verplicht om een sticker bij de ingang van uw woning te plaatsen die aangeeft dat er extra zuurstof in huis aanwezig is.

We raden aan om altijd even te informeren bij uw gemeente of brandweer wat er van u verwacht wordt. Daarnaast doet u er verstandig aan om altijd een sticker bij de ingang van uw woning te plakken dat er zuurstof aanwezig is. Deze stickers zijn bij ons verkrijgbaar en zullen bij de installatie meegeleverd worden.

Extra zuurstof in huis kan gevolgen hebben voor uw inboedelverzekering. Het is dan ook aan te raden om contact met uw verzekeraar op te nemen om te melden dat u vanaf heden extra zuurstof in huis heeft.

De concentrator



Een zuurstofconcentrator is een elektrisch apparaat dat ongeveer zo groot is als een nachtkastje. De concentrator filtert de stikstof uit uw eigen woonomgeving en voorziet u op die manier van extra zuurstof.

Onder de concentrator zitten wieltjes, waardoor het makkelijk te verplaatsen is. Wel dient de concentrator altijd rechtop te staan en mag de concentrator alleen binnenshuis gebruikt worden. De standaard concentratoren kunnen maximaal 5 à 6 liter zuurstof per minuut leveren. Omdat een concentrator de lucht aanzuigt uit de omgeving, mag deze niet in een afgesloten ruimte staan. Plaats de concentrator niet in de buurt van kachels, haarden of radiatoren en zorg ervoor dat de het apparaat voldoende afstand heeft van stoffen voorwerpen. Denk hierbij aan gordijnen en bankstellen. Verder dient er een normale, goede ventilatie te zijn, bijvoorbeeld een open raampje of rooster boven het raam.

Binnenshuis bent u in uw bewegingen enigszins beperkt door de slang waarmee de neusbril aan de concentrator verbonden is. Wel zijn er verschillende lengtes tot een maximum van 15 meter beschikbaar. Helaas kunnen we geen slang aanbieden die langer is dan 15 meter, omdat u dan niet de juiste hoeveelheid zuurstof zult ontvangen.

De concentrator dient altijd aangesloten te zijn op een vast stopcontact. Let op: er ontstaan veel storingen bij het gebruik van een verlengsnoer.

Veelgestelde vragen

De concentrator maakt plofgeluiden. Is dat normaal?

Dit geluid hoort inderdaad bij de concentrator. Het apparaat heeft twee grote filterbedden die de koolstofdioxide en het stikstof uit de lucht filteren, de plof die u hoort is het wisselen van het ene filterbed naar het andere. Bij het schakelen tussen beide filterbedden laat de concentrator stikstof en kooldioxide ontsnappen uit het apparaat naar de omgevingslucht. Op die manier laat de concentrator alleen een hoog percentage zuurstof naar de gebruiker gaan.

Mijn concentrator piept, wat moet ik doen?

Wanneer u een aaneengesloten pieptoon hoort, betekent dit vaak dat de concentrator de zuurstof niet kwijt kan. Controleer dan op de volgende onderdelen:

- 1 Zit er een knik in de slang? Zo ja, probeer deze te verwijderen.
- 2 Vervang uw neusbil, het kan zijn dat deze verstopt is.
- 3 Staat het balletje in de flowbuis op 0? Zo ja, draai met de pijl mee totdat deze op de voorgeschreven liters per minuut staat.
- 4 De filter kan verstopt zijn, maak deze goed schoon zodat de concentrator voldoende lucht aan kan zuigen.
- 5 Zorg dat de concentrator ver genoeg van eventuele gordijnen of muren af staat. Hanteer minstens 20 cm.

Hoort u een onderbroken pieptoon, dan heeft dit waarschijnlijk te maken met een eventuele stroomstoring. U kunt u de onderstaande opties proberen:

- 1 Controleer of de stekker goed is aangesloten aan de achterkant van de concentrator.
- 2 Plaats de stekker altijd direct in een geaard stopcontact.
- 3 Gebruik geen verlengsnoer of stekkerdoos.

Mijn cilinder vult niet. Wat kan ik hier aan doen?

- 1 Controleer of de cilinder voor meer dan de helft leeg is, als dit niet het geval is dan kan het vulsysteem de cilinder niet bijvullen en zal deze eerst verder leeg moeten raken.
- 2 Zitten de stekkers van zowel het vulstation als de concentrator goed aangesloten en brand er één van de lichten op het vulstation?
- 3 Controleer of de draaiknop van de cilinder op OFF / 0 staat.
- 4 Zit de kruislang die het vulstation met de concentrator verbindt goed aangesloten?
- 5 Komt u er met de bovenstaande punten niet uit, dan mag u ons natuurlijk altijd contacteren.

Ik wil graag stoppen met de zuurstof therapie. Hoe kan ik dit regelen?

We kunnen de zuurstofinstallatie pas ophalen als we een schriftelijk akkoord van uw arts hebben ontvangen. Uw arts kan het akkoord naar ons mailen. Zonder dit akkoord mogen we de apparatuur helaas niet innemen.

Ik wil graag gaan sporten, kan dat met extra zuurstof?

Het is natuurlijk erg belangrijk om in beweging te blijven en u kunt ons altijd benaderen als u hier vragen over heeft of als uw huidige installatie u belemmert om te gaan sporten.

Hoe lang gaat een neusbril mee?

Normaliter raden we u aan om de neusbril één keer per twee weken te vervangen. Bij verkoudheid of bijvoorbeeld een bloedneus, mag u de neusbril uiteraard vaker vervangen.

Wat kan ik doen om de irritatie van de neusbril te verminderen?

Voor irritatie op de oren zijn er eventueel oorbeschermers beschikbaar. Deze kunt u telefonisch of per mail bestellen. Wat betreft irritatie op of in de neus, raden we aan om de Nisita neuszalf uit te proberen. Total Care heeft proefverpakkingen die u gratis kunt aanvragen. Uiteraard is alleen de eerste proefverpakking gratis. Daarna kunt u ervoor kiezen om de standaard verpakking aan te schaffen op www.totalcaregroep.nl.

Is zuurstof op de lange termijn verslavend?

Nee, zuurstof is niet verslavend. U ontvangt simpelweg extra zuurstof, omdat uw longen niet voldoende zuurstof opnemen. We kunnen immers niet zonder zuurstof. Als u geleidelijk meer zuurstof nodig heeft, komt dat waarschijnlijk doordat uw conditie achteruit gaat.

Kan ik met zuurstof op vakantie?

Mocht u op vakantie willen gaan, dan kunt u het beste ruim op tijd contact opnemen met Total Care. We kunnen u dan extra informatie geven over zuurstof mee op reis en kunnen u hierover adviseren, ook op het gebied van apparatuur en dergelijke. Wel is het aan te raden om bij het boeken van een vakantie bij uw vliegmaatschappij of reisbureau vooraf navraag te doen met betrekking tot zuurstof op reis. Zeker als u met het vliegtuig reist en aan boord ook zuurstof nodig heeft.

Het aantal liters per minuut of de gebruiksduur per dag is veranderd door mijn arts of specialist. Moet ik dit doorgeven aan Total Care?

Op het moment dat uw arts een wijziging wilt doorvoeren in het aantal liters per minuut of de gebruiksduur, vernemen we dat graag. Ook dienen we een schriftelijke wijziging te ontvangen vanuit uw arts of specialist. Op deze manier kunnen wij uw dossier actueel houden en kunnen wij ervoor zorgen dat u altijd de juiste apparatuur en toebehoren in uw bezit heeft.

Hoe maak ik mijn zuurstof apparatuur schoon?

Maak na gebruik de neusbril schoon met een vochtige doek. De filter dient u iedere twee weken een keer schoon te maken. U kunt dit het beste doen met de stofzuiger. Het vulstation en de concentrator kunt u gemakkelijk met een vochtige doek afdoen. Let hierbij wel op dat na het schoonmaken de flowmeter nog op de juiste liters per minuut staat. Door het schoonmaken kan het nog wel eens zijn dat per ongeluk de knop van de flowmeter is gedraaid. U kunt deze eventueel terugzetten op de voorgeschreven instelling door naar links of rechts te draaien.

Hoe kan een nabestaande het beste het overlijden van een patiënt doorgeven?

Om nabestaanden in deze vervelende situatie zo goed mogelijk te helpen, kan het overlijdensbericht telefonisch of per mail aan Total Care doorgegeven worden. We ontvangen bij het overlijdensbericht ook graag de overlijdensdatum van de patiënt, zodat we het dossier correct af kunnen sluiten.

Wordt alles vergoed door de verzekering?

Over het algemeen wordt extra zuurstof gebruik in huis vergoed door de zorgverzekeraar. Dit geldt voor de apparatuur en de accessoires, zoals neusbrillen en slangen. Voor specifieke vragen over de vergoedingen van uw verzekering, raden we u aan om contact op te nemen met uw zorgverzekeraar.

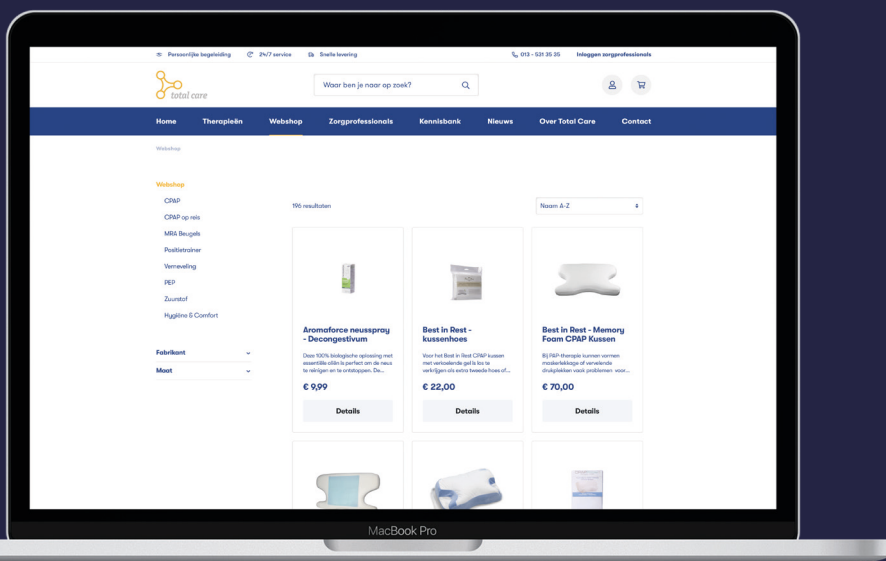
Vragen of problemen?

Als u medische vragen of problemen heeft, raden we u aan om contact op te nemen met uw longarts of longverpleegkundige.

Heeft u technische vragen of problemen, raadpleeg dan eerst de gebruiksaanwijzing of neem contact op met Total Care.

Total Care is 24/7 telefonisch 013 – 531 35 35 bereikbaar voor spoedgevallen.

Meer vragen en antwoorden kunt u vinden op onze website.



Bezoek onze website voor meer informatie en comfortartikelen voor uw therapie.

www.totalcaregroep.nl

De betrokken leverancier van thuiszorgtherapie.

Wist u dat we ook een YouTube kanaal vol
informatieve video's hebben? Scan de QR-code
om naar ons kanaal te gaan.



Meer informatie over onze producten vindt u
in onze webshop. www.totalcaregroep.nl

Customer Support

Tel. 013 531 35 35

Bereikbaar van maandag t/m vrijdag van
08:30 tot 17:00. Buiten de genoemde tijden
zijn wij enkel bereikbaar voor spoedgevallen.

Planning afspraken

Tel. 013 531 35 35

Bereikbaar van maandag t/m vrijdag van
08:30 tot 17:00.

Bezoekadres

Poppelseweg 7c 5051 PL Goirle

Tel. 013 531 35 35 | totalcaregroep.nl

info@totalcaregroep.nl

Bezoek alleen op afspraak