

Longaanval

Wat te doen bij toename van klachten?

Bij COPD patiënten kan zich plotseling een verergering van klachten voordoen. Dit noemen we een longaanval.

Er is dan sprake van:

- toename van benauwdheid
- toename van hoesten
- toename van slijm, soms taaier worden van slijm
- verandering van kleur slijm; van blank naar groen of bruin
- verder kunnen voorkomen: koorts, vermoeidheid, verwardheid, slecht slapen, slechte eetlust

Longaanvallen zijn niet te voorkomen, maar de ernst en de mate waarin zij zich voordoen kan wel verkleind worden. Door het vroeg herkennen van de klachten en op tijd de juiste actie te ondernemen kunnen opnames in het ziekenhuis voorkomen worden. Ook kan de duur van het ziek zijn zeker verkort worden.

Verder is het goed te weten dat de klachten meestal niet meteen volledig voorbij zijn na het gebruik van een stootkuur Prednison of antibiotica. Het genezingsproces van de ontstoken luchtwegen heeft tijd nodig. Daarom is het normaal als u nadien nog enige dagen tot weken moet hoesten en/of kortademiger bent. Echter als de klachten weer erger worden, of koorts terug komt moet u opnieuw weer aan de bel trekken.

Persoonlijk plan longaanval

Op de volgende bladzijden volgt een persoonlijk stappenplan, dat u helpt om uw klachten goed in te schatten. Ook geeft het u overzicht wanneer u welke stappen moet ondernemen.

U vult dit plan in samen met uw verpleegkundig specialist of longverpleegkundige. Het is van belang dat ook uw partner/mantelzorger dit stappenplan kent.

Er worden drie situaties omschreven:

Als ik een goede dag heb...

Als ik meer klachten heb dan anders

Als ik veel meer klachten heb dan anders en de situatie bedreigend voelt...

De informatie in deze folder is van algemene aard en is bedoeld om u een beeld te geven van de zorg en voorlichting die u kunt verwachten. In uw situatie kunnen andere adviezen of procedures van toepassing zijn. Deze folder is dan ook slechts een aanvulling op de specifieke (mondelinge) voorlichting van uw specialist of behandelaar.

Als ik een goede dag heb...

Dan ben ik kortademig als ik:

Dan geef ik dagelijks slijm op: ☐ ja ☐ neeDan hoest ik regelmatig: ☐ ja ☐ nee

Dan gebruik ik de volgende inhalatie medicijnen:

Ik gebruik een onderhoudsdosering Prednison tablet van mg per dag

Ik gebruik een onderhoudsdosering antibiotica:

Mijn gebruikelijke gewicht is: kg

Mijn wekelijkse beweegschema is als volgt:

Mijn gebruikelijke zuurstof saturatie tijdens training is: %

Als ik meer klachten heb dan anders...

Dan heb ik last van één of meer van deze klachten:

- ☐ toenemende kortademigheid
- ☐ piepende ademhaling
- ☐ meer hoesten dan normaal
- ☐ verandering van kleur slijm (van blank naar geel, groen of bruin)
- ☐ uw temperatuur loopt op (38 of hoger is koorts)
- ☐ u bent meer moe dan anders
- ☐ ongewenste afname van gewicht
- ☐ Uw zuurstofsaturatie is lager dan normaal. Deze dient bij voorkeur boven de 90% te zijn. Let op dat u de saturatie wel meet met **warne** handen. Neem ook zeker een paar minuten de tijd om de meting te doen. Tijdens het meten moet u een paar keer goed doorademen.

Dan neem ik de volgende *extra* inhalatiemedicijnen:

Dan neem ik de volgende maatregelen:

Bij kortademigheid: probeer uw adem onder controle te krijgen. Dit doet u als volgt; adem rustig in door de neus. Blaas rustig en goed uit met getuiste lippen.

Voor slijm ophoesten:

Ga rechtop zitten of staan. Adem diep in door de neus. Adem erna in één keer hard uit met open mond. We noemen dit; "huffen".

Als u een hulpmiddel heeft zoals een Flutter of Aerobika gebruikt u deze op de wijze zoals u dat van de fysiotherapeut geleerd hebt..



Flutter



Aerobika

Heeft u vragen of zijn er **na 2 dagen** geen verbeteringen of nemen de klachten snel toe:

Bel Polikliniek Longgeneeskunde; tel: (040) 888 61 00
en vraag naar uw casemanager (verpleegkundig specialist of longverpleegkundige), of indien niet beschikbaar een collega.

Wij willen u nadrukkelijk verzoeken om tijdig te bellen bij klachten, bij voorkeur in de ochtend. Wij moeten tijdens onze spreekuren ruimte vinden of maken om u te woord te kunnen staan. Het kan dus zijn dat u op een later tijdstip wordt terug gebeld, soms is er pas de volgende dag ruimte.

Bel, alleen bij spoed, buiten kantoortijden in het weekend de dichtstbijzijnde huisartsenpost:

Huisartsenpost bij Máxima MC tel: (0900) 123 20 24
Huisartsenpost bij Catharina Ziekenhuis tel: (0900) 88 61

Indien u (inmiddels) gebruikt maakt van de homemonitoring via de Thuismeten app van Luscii dan meldt u klachten **alleen** via de app. Doet u dit 's morgens voor 10 uur dan wordt u dezelfde ochtend gebeld door de verpleegkundige van het monitoring centrum. Dit is alleen op werkdagen van maandag t/m vrijdag van 8.30 uur tot 16.00 uur.

Buiten deze tijden en in het weekend belt u **alleen bij spoed** naar de huisartsenpost.

Als ik veel meer klachten heb dan anders en de situatie bedreigend voelt...

Dan heb ik één of meer van deze klachten:

- ☐ pijn op de borst
- ☐ geen lucht krijgen / blauwe lippen
- ☐ verward
- ☐ zeer vergeetachtig
- ☐ gevoel flauw te vallen
- ☐ moeilijk wakker

Dit is een noodsituatie, elke seconde telt!

Dan belt u, óf degene die bij u is;

Tussen 8.00 uur en 16.30 uur de spoedlijn van uw eigen huisarts: tel.

Bel na 16.30 uur, 's nachts of in het weekend;

Ambulance: 112

Noteer in het overzicht;

- Datum wanneer de longaanval begon
- Wie u behandeld heeft
- Welke voorgeschreven medicatie, ook eventuele bijwerkingen
- Of u wel of niet bent opgenomen

Datum	Behandeling door:	Medicatie:	Opname ziekenhuis:
		Prednisonkuur: dagen Antibiotica: Overig:	ja/nee
		Prednisonkuur: dagen Antibiotica: Overig:	ja/nee
		Prednisonkuur: dagen Antibiotica: Overig:	ja/nee
		Prednisonkuur: dagen Antibiotica: Overig:	ja/nee
		Prednisonkuur: dagen Antibiotica: Overig:	ja/nee

Tot slot

Indien u naast COPD ook een andere chronische ziekte heeft kan deze ziekte óók verergering van klachten geven. Bijvoorbeeld veel vocht in de benen bij hartfalen.

Het kan dan moeilijk zijn om te onderscheiden waar uw klachten precies vandaan komen.

U kunt dit met de verpleegkundig specialist of longverpleegkundige bespreken. Zij zal u indien nodig doorverwijzen naar de juiste zorgverlener.

U kunt de verpleegkundig specialist of longverpleegkundige bereiken via de polikliniek longgeneeskunde, telefoonnummer (040) 888 61 00.