

Longaanval/ ziekenhuisopname, wat staat me te wachten?

Op 12 mei 2016 vond de laatste Longpuntbijeenkomst van het seizoen plaats. Het thema was deze keer “Wat staat me te wachten bij een longaanval/ziekenhuisopname”. De presentatie was in handen van de longverpleegkundigen Tilly Durgé en Hans Peter Wilhelmus.

Na afloop van het officiële gedeelte trakteerde het bestuur op heerlijk snacks en zomerse drankjes.

Wat is een longaanval?

Een longaanval is een plotselinge verslechtering van de situatie, ook wel exacerbatie genoemd, bij voorbeeld door een spontane longontsteking. U moet attent zijn op de volgende symptomen:

- toenemende kortademigheid
- meer hoesten
- slijmtoename/andere kleur slijm (cascadekleuring)
- lagere saturatie (onder de 90)
- toenemende vermoeidheid
- koorts (als uw temperatuur 38.5° of hoger is)

Let op dat u geen kou vat, vermijd besmettingsgevaar door hygiënische maatregelen zoals regelmatig goed je handen wassen.

Kan deze worden voorkomen?

Wat het allerbelangrijkste is dat u een persoonlijk actieplan opstelt met een beschrijving van de voor u de normale situatie.

Een longaanval kan bijvoorbeeld voorkomen worden door te zorgen dat u niet verkouden wordt. Een opgedane virale infectie (neusverkoudheid) verplaatst zich naar de hogere luchtwegen en zakt vervolgens verder naar beneden.

Als u, afgemeten aan de “normale” situatie achteruitgang merkt, dan kunt u overgaan tot het verhogen of vernevelen* van de medicijnen. Wat u *niet* moet doen is op eigen gelegenheid de zuurstof ophogen.

Een luchtweginfectie kan overigens viraal, bacterieel of een mengvorm zijn (80% is viraal). Tegen een virale infectie helpen geen antibiotica.

Is een ziekenhuisopname altijd nodig?

Een ziekenhuisopname kan soms voorkómen worden. Bent u erg benauwd, bel dan 112. Met vernevelen, prednison en ophogen van medicijnen kan een opname soms voorkomen worden. *Valkuil: wacht niet te lang met hulp inroepen want dan komt u zeker in het ziekenhuis terecht.*

Bij wie moet u aan de bel trekken?

Dit is afhankelijk van de situatie. In eerste instantie moet u contact leggen met de huisartsenpraktijk. Indien nodig de longarts of longverpleegkundige inschakelen. Maar 's avonds en 's nachts kunt u het beste 112 bellen. Blijf assertief op uw standpunt staan en doordrukken dat er hulp komt. *Zorg dat u niet in paniek raakt.*

Het is ook belangrijk vroegtijdig (aan de hand van de symptomenlijst) hulp in te schakelen. Dat kan een ziekenhuisopname of blijvende schade voorkomen.

Ontwikkeling persoonlijk actieplan

Maak een persoonlijk actieplan voor het geval dat de medicatie minder goed en niet lang genoeg werkt. Op de site <https://www.longfonds.nl/longaanval-actieplan-copd> kunt u gratis een persoonlijk actieplan bestellen. Dit kunt u samen met arts of verpleegkundige invullen.

Belangrijk is het beschrijven van uw normale situatie als nulmeting. Daaraan kunt u eventuele achteruitgang aflezen. Momenteel is er in Zandvoort een test gaande met behulp van een tablet en apps. Twee keer per week vult de patiënt zijn gegevens in. Die worden gecontroleerd door een verpleegkundige die contact met de persoon opneemt als het niet goed gaat. Er zijn ook allerlei apps ontwikkeld waar u gemak van kunt hebben zoals de Longpas en Mijn luchtpunt.

Medicijnen “op de plank”

In overleg met arts of verpleegkundige is in het plan vastgelegd welke medicijnen u op de plank mag hebben en wanneer u deze gaat gebruiken, bij voorbeeld een stootkuur prednison of onderhoudsdosis antibiotica.

Antibiotica zijn alleen zinvol als het gaat om een bacteriële infectie na advies van de longarts.

Valkuil van prednison: je voelt je energiek maar je bent wel ziek dus je moet gas terugnemen.

Wat staat u te wachten bij een ziekenhuisopname?

1. Spoedeisende hulp met ellenlange wachttijden
2. Opname longafdeling en toediening infuus/tabletten prednison en/of antibiotica
3. Zuurstoftoediening met een brilletje of kapje
4. Fysiotherapie, gericht op “bewegen naar kunnen”
5. Diëtist(e) in geval van gewichtsverlies
6. De opname heeft een kort durend karakter
7. Als de medische zorg is afgerond, terug naar huis al dan niet met zuurstof
8. Maatschappelijk werk: wat als u niet terug naar huis kunt?
9. Daarna: verdere revalidatie

Revalidatie kan op de volgende manieren:

1. Fysiotherapie poliklinisch onder leiding van longarts/longverpleegkundige
2. Eerstelijns** fysiotherapie
3. Kortdurende opname voor longrevalidatie in Zomerpark Nieuw Vennep of de JacobKliniek Haarlem

Het doel van de poliklinische revalidatie is het verbeteren van uw conditie, daarna wordt u verwezen naar de eerstelijns voorziening.

Twee weken na thuiskomst wordt u bij de longverpleegkundige verwacht.

Na zes weken volgt een gesprek met de longarts

Samenvatting

1. Herken de symptomen van terugval
2. Weet hoe je moet handelen
3. Neem tijdig maatregelen ter voorkoming van verdere achteruitgang of te traag herstel
4. Wees attent op het behoud van je kwaliteit van leven.

Verslag: Annemarie Broek.

Bovenstaand verslag kwam tot stand zonder wetenschappelijke toetsing; er kunnen derhalve geen rechten aan worden ontleend.

Tip 1. Het verschil tussen spiriva en salbutamol

Het verschil tussen Spiriva en salbutamol		
	spiriva	salbutamol
dosering	1 x per dag	hier mag je mee spelen
werking	werkt 24 uur achter elkaar	kort werkend
	luchtwegverwijder openzetten van de luchtwegen	luchtwegverwijder openzetten van de luchtwegen
werking	blokkeert het acetylcholinestelsel	stimuleert het adrenalinestelsel
voorbeeld merknamen	Spiriva, Seebri, Eklira	Ventolin, Airomir en Bricanyl

Tip 2. Medicijnen mee op vakantie: in overleg met longarts (bij voorbeeld kuurtje prednison en antibiotica). Ook medicijnpaspoort meenemen en alle bijsluiters. Bij langere vlieguren moet u een fit-to-fly test doen.

* Wat is verneveling?

Verneveling is het toedienen van medicijnen met behulp van een vernevelaar, een elektrisch apparaat om medicijnen te inhaleren. Deze worden in een vloeistof opgelost. Het apparaat zet deze medicijnoplossing om in nevel of mist. U ademt de nevel in via een mondstuk of een neus/mondmasker. Het vernevelde medicijn dringt dieper door in de luchtwegen. Medicijnen die verneveld kunnen worden, zijn onder meer ontstekingsremmers, slijmoplossers, luchtwegverwijders en antibiotica.

Voordelen: is niet afhankelijk van medewerking of kracht van de gebruiker; kan ook bij ernstige benauwdheid worden toegepast; levert geen extra stress op voor de gebruiker. De dosering kan ook veel hoger zijn dan bij de normale medicijnen. Een groot nadeel is het schoonhouden van het apparaat.

****Eerstelijnszorg** is de zorg waar iedereen zonder verwijzing gebruik van kan maken:

- zorg van [huisartsen](#) en praktijkondersteuners
- zorg van [tandartsen](#) en andere mondzorgverleners
- [fysiotherapie](#)
- apothekerszorg
- thuisverpleging (geen verwijzing nodig, maar wel een indicatie)
- maatschappelijk werk
- psychologische zorg bij een consultatiebureau