

LONGGENEESKUNDE

# COPD: ALS UW KLACHTEN TOENEMEN

## **Inleiding**

U bent opgenomen met een verergering van uw COPD. In medische termen noemen wij dat exacerbatie COPD. In deze folder krijgt u uitleg over de behandeling tijdens uw opname.

## **Welke behandeling krijgt u tijdens uw opname?**

In principe wordt u ongeveer zeven dagen opgenomen. Hieronder kunt u lezen wat u per dag kunt verwachten.

## **Wat gebeurt er in de opnamefase?**

Op de eerste dag krijgt u vooral veel onderzoeken, zoals: bloedonderzoek, sputumkweek (onderzoek van het slijm) en een longfoto. Soms wordt er een hartfilmpje (ECG) gemaakt. U start met het medicijn Prednisolon. Dit krijgt u eenmalig op de Spoed Eisende Hulp toegediend via het infuus. Daarna krijg u dit nog één week in tabletvorm. Heeft u verder geen medicijnen nodig via het infuus, dan verwijderen we het infuusnaaldje.

## **Puffers**

U blijft uw eigen puffers gebruiken. Het is daarom belangrijk dat u of uw naaste deze meeneemt naar het ziekenhuis. Op de verpleegafdeling kijkt een verpleegkundige de eerste dag met u mee hoe u de puffers gebruikt. Eventueel krijgt u extra uitleg over het puffen. Als het nodig is start u met vernevelen.

## **Opnamegesprek**

De verpleegkundige stelt u een aantal vragen, onder andere over uw benauwdheidsklachten en de thuissituatie. Ook vult zij een korte vragenlijst in. Deze vragen gaan over uw gezondheidstoestand. Iedere dag controleert de verpleegkundige uw temperatuur, hartslag, bloeddruk en zuurstofgehalte. De verpleegkundige schrijft dagelijks een rapport over de bevindingen.



#### *Fysiotherapie en diëtist*

Bij opname schakelt de verpleegkundige de fysiotherapeut in, om advies te vragen rondom de ademhaling en het ophoesten. De fysiotherapeut komt waarschijnlijk op de tweede dag bij u aan bed en spreekt met u door wanneer hij/zij weer komt. Afhankelijk van uw voedingstoestand komt ook de diëtiste rond de tweede opnamedag bij u langs.

De verpleegkundige vraagt alvast na of het nodig is voor u om hulp voor thuis te gaan regelen. Hoe vindt u dat het thuis gaat? Heeft u vertrouwen in de thussituatie? Wordt u regelmatig heropgenomen? Soms kan het nodig zijn dat u na opname gaat reactiveren. Reactivatie kan zorgen voor een sneller herstel waarvoor geen medische maar wel deskundige behandeling nodig is. Dit kan plaats vinden door middel van een tijdelijke opname in een verpleeghuis. Als het nodig is schakelen we hiervoor het maatschappelijk werk in.

#### *Controle bloedsuiker*

De verpleegkundige meet uw bloedsuiker. De reden hiervoor is dat het gebruik van Prednison uw suikerspiegel kan verhogen. Ook kunnen we zo ouderdomsdiabetes eerder opsporen. De controles worden volgens afspraak van de arts uitgevoerd.

#### **Wat gebeurt er tijdens uw opname?**

De verpleegkundige informeert u over uw ziekte. U heeft natuurlijk tijdens uw opname de mogelijkheid om uw vragen te stellen aan de verpleegkundigen. Verder is het mogelijk dat de verpleegkundige een afspraak maakt met de arts voor u en uw naaste/familie. Deze afspraak vindt een van de komende dagen plaats, meestal in de middag. De arts bepaalt of er extra onderzoek moet plaatsvinden.

#### **Wat gebeurt er als u naar huis mag?**

De arts bekijkt tijdens de opname of het nodig is om zuurstof voor thuis te regelen, dit zet de verpleegkundige dan ingang. De dag voor het ontslag maakt de arts de papieren klaar. Deze bestaan uit:

- recepten;
- de controleafspraak;
- brief voor de huisarts (is voortaan digitaal);
- zo nodig een overdracht voor de thuiszorginstantie/verpleeginstelling.

#### **Wat gebeurt er na uw ontslag?**

Na uw ontslag uit het ziekenhuis heeft u tijd nodig om te herstellen. Ongeveer vier weken na ontslag komt u bij uw longarts op controle. U krijgt hiervoor een afsprakenkaart mee. Is de Longverpleegkundige tijdens uw opname bij u geweest? Dan heeft u daar ook een controleafspraak.

Als u thuis klachten krijgt, neemt u dan contact op met uw huisarts. Als dat nodig is, kan de huisarts u eventueel verder doorverwijzen.

#### **Leefregels voor thuis**

Probeer u zich te houden aan de leefregels die hieronder genoemd staan. Hierdoor kunt u het risico op een heropname verkleinen.

#### **Bewegen**

Blijf in beweging. Rust roest!

- Doe drie keer per week aan gemiddelde inspanning. Door bijvoorbeeld te wandelen, fietsen of zwemmen. Liever nog dagelijks een half uur.
- Bij slecht weer kunt u trainen op een hometrainer.

- Als het mogelijk is, ga dan door met de sport die u gewend was.
- Neem op vaste tijden wel uw rust.
- Verdeel dagelijkse handelingen zoals wassen en aankleden goed over de dag.
- Doe boodschappen en huishoudelijke klussen in de middag.
- Neem deel aan reactivering in een verpleeghuis of poliklinische longrevalidatie.

#### Voedingstips

##### *Om kortademigheid te voorkomen*

- gebruik het ontbijt vóór het wassen/douchen en maak het ontbijt de avond van tevoren klaar;
- zorg dat u uitgerust aan de maaltijd begint;
- gebruik uw medicijnen op de juiste manier en op het juiste tijdstip;
- gebruikt u zuurstof? Gebruik dan ook tijdens de maaltijden extra zuurstof;
- zorg voor de juiste lichaamshouding tijdens het eten en gebruik uw ademhalings-technieken;
- eet langzaam en rustig.

##### *Om slijmvorming te voorkomen*

- zure melkproducten veroorzaken minder slijmvorming;
- drink iets bij de maaltijd;
- spoel na elke maaltijd uw mond;
- slijmoplossende voedingsmiddelen zijn kamillethee, rode wijn (drink met mate) en ananassap.

##### *Bij een droge mond*

- kauw het voedsel goed en neem de tijd;
- drink iets bij iedere hap vast voedsel;
- gebruik jus of saus bij de maaltijd;
- gebruik smeerbaar beleg op brood;
- zorg dat u altijd iets te drinken bij de hand heeft;
- zuig op een zuurtje, kauwgom of pepermunt.

#### Stoppen met roken

Stoppen met roken lukt beter met hulp en ondersteuning. U heeft dan meer kans op succes. Er zijn verschillende vormen van ondersteuning. Wilt u graag begeleiding bij het stoppen met roken? Vraag dan hulp bij uw huisarts of longarts.

#### Puffers

- Neem uw puffers op de juiste wijze in. Heeft u hier vragen over, stel deze aan de verpleegkundige.
- Gebruik uw puffers op voorgeschreven tijden. Belangrijk daarbij is dat u dit iedere dag, op dezelfde tijden doet.
- Bestel uw puffers op tijd bij, controleer de houdbaarheid regelmatig.
- Denk aan de verzorging van uw mond.
- Maak uw puffers schoon.

#### Heeft u nog vragen?

Neemt u dan contact op met:

Polikliniek Longgeneeskunde  
Longverpleegkundige

telefoonnummer (073) 553 24 63  
telefoonnummer (073) 553 30 46.