

# Individueel zorgplan en patiëntinformatie

## Inleiding

U heeft op dit moment een ontsteking aan uw longen of luchtwegen. U krijgt hiervoor een behandeling via uw huisarts en/of de specialist in het ziekenhuis.

In deze folder vindt u adviezen en informatie. Laat deze informatie ook aan uw huisarts en (indien aanwezig) thuiszorg lezen. Door een goede samenwerking tussen alle zorgverleners proberen wij uw behandeling zo veel mogelijk bij u thuis te organiseren.

Op deze website van het Longfonds vindt u meer informatie over longontstekingen:

<https://www.longfonds.nl/longziekten/longontsteking>

Om veilig thuis behandeld te kunnen worden is het belangrijk dat uw arts weet hoe het met u gaat. Daarom meet u zelf 3 keer per dag verschillende waardes.

In deze folder leest u:

- Wie uw regievoerder is.
- Wat u meet en hoe u een meting doet.
- Wanneer u de meting doet.
- Wat een goede meting is.
- Wat u moet doen als een meting afwijkend is.
- Wat u moet doen als extra zuurstof niet meer nodig is.
- Wat u moet doen bij vragen of problemen.
- Informatie over de medicijnen die u krijgt.
- Extra informatie voor uw huisarts en thuiszorg.

## Wie is uw regievoerder?

Tijdens uw thuisbehandeling is de volgende arts uw regievoerder/hoofdbehandelaar:

Naam: .....

Telefoonnummer: .....

## Wat meet ik en hoe doe ik een meting?

U gaat het volgende meten: het zuurstofgehalte, de hartslag, ademhaling en de temperatuur. U kunt de uitslag van de metingen op het bijgevoegde registratieformulier noteren ([bijlage 2](#)).

### Het zuurstofgehalte meten

U heeft een zuurstofmeter in bruikleen gekregen. Dat is een klein apparaat dat u op uw vinger kunt klemmen om uw *zuurstofgehalte* te meten.

U meet uw zuurstofgehalte als volgt:

- Zorg dat u goed rechtop zit. Meet niet als u net wakker bent of als u zich net heeft ingespannen. Wacht in dat geval 15 minuten;
- klem de zuurstofmeter op uw vinger. Het maakt niet uit welke vinger u gebruikt;
- druk op de functietoets;
- Na 10 seconden leest u het zuurstofgehalte af. Dit is het getal dat onder SpO2 staat.

Een meting kan moeilijker gaan of niet lukken wanneer er nagellak op uw nagel zit. Verwijder in dat geval de nagellak. Ook meet het lastig wanneer uw vinger erg koud is. Maak dan uw vinger warm.

### De hartslag meten

- De hartslag vindt u ook op de zuurstofmeter. Dit is het getal dat onder BPM staat.

### De ademhaling meten

Het meten van de ademhaling kunt u het beste door iemand anders laten doen. Dat gaat als volgt:

- Tel 60 seconden lang het aantal keer ademen.

### De lichaamstemperatuur meten

De meest betrouwbare manier om uw lichaamstemperatuur te meten is via de anus. Tevens is het betrouwbaar om uw lichaamstemperatuur in uw oor te meten met een oorthermometer. Alle andere manieren voor het meten van de lichaamstemperatuur zijn niet betrouwbaar. Noteer de temperatuur op het registratieformulier ([bijlage 2](#)).

## Wanneer doet u een meting?

U doet de metingen 3 keer per dag. Dat doet u:

- Ten minste 30 minuten na het wakker worden;
- rond 13.00 uur;
- rond 20.00 uur.

## Wat zijn goede metingen?

### Zuurstofgehalte

Uw arts kruist aan wat voor u nodig is. Uw zuurstofgehalte moet tenminste de volgende waarde hebben:

- 92% of hoger
- 90% of hoger
- Tussen de 88-92%
- Anders, namelijk:

.....

### Ademhaling

Een ademhaling tussen de 12 en 22 keer per minuut is een normale meting.

### Hartslag

Een hartslag tussen de 55 en 90 per minuut is een normale meting.

### Lichaamstemperatuur

Vanaf 38 graden spreken we van koorts. Koorts is normaal bij een ontsteking.

### Wat moet u doen als een meting afwijkt van de 'normale' waarde?

Heeft u een waarde gemeten en is deze afwijkend? Herhaal dan de meting na 15 minuten. Als u extra zuurstof gebruikt, controleert u of het zuurstofbrilletje goed in uw neus zit. Controleer ook of de zuurstofconcentrator op de juiste stand staat. **Als de extra meting(en) na de meting nog steeds afwijkend is, neem dan contact op met het Florence Contact Centrum (FCC) op 070-7540054.**

### Wat doet u bij vragen of problemen?

Is één van de metingen afwijkend? Of heeft u klachten van toenemende benauwdheid of voelt u zich zeker. Neem dan contact op met het FCC: - telefoonnummer: 070-7540054

### Informatie over uw nieuwe medicijnen:

U krijgt (uw arts vult dit in als dat nodig is en haalt door wat niet voor u van toepassing is):

- antibioticum naam: .....  
  
..... keer per dag ..... tablet of 1 injectie in de spier voor totaal ..... dagen (kuur is totaal ..... tabletten/injecties);
- virusremmer (griep) naam: .....  
  
..... keer per dag ..... tablet(ten) voor totaal ..... dag(en) (kuur is totaal ..... tablet(ten));
- pufjes: fenoterol/ipratropium (50/20 microgram per inhalatie) met een voorzetkamer (u krijgt instructie van de verpleegkundige hoe u dat gebruikt) 2 inhalaties per keer. Maximaal 4 keer per dag 2 inhalaties (8 inhalaties);
- prednison: 1 keer per dag 2 tabletten van 20 milligram voor totaal 5 dagen (kuur is totaal 10 tabletten).

### Wat moet u doen als u geen extra zuurstof meer nodig heeft?

Als u geen zuurstof meer nodig heeft dan neemt u contact op met Vivisol. Bij het leveren van de zuurstof krijgt u de contactgegevens.

### Extra informatie voor uw huisarts of thuiszorg

Met betrekking tot persoonlijke beschermingsmiddelen (PBM) geldt voor deze patiënt (aankruisen):

- Volledige PBM;
- een mondkapje en handschoenen volstaat;
- geen PBM.

Voor het monitoren van patiënten geldt:

- Patiënt en huisarts hebben minimaal eenmaal per dag contact, eventueel via de mantelzorg of thuiszorgverpleegkundige. Dit is minimaal een telefonisch contact, bij voorkeur via beeldbellen. Bij stabiele patiënten kunt u in het weekend volstaan met instructies bij klachten of bij afwijkende waarden contact op te nemen met de HAP. Bij twijfel kunt u ervoor kiezen in het weekend zelf contact te onderhouden met de patiënt;
- de huisarts is verantwoordelijk voor het contact met de patiënt en de opvolging van de controles;
- de huisarts is, indien dit aan de orde is, verantwoordelijk voor een overdracht naar de HAP/Hadoks.

Adviezen aan de huisarts (regiehouder) met betrekking tot het afbouwen van zuurstof:

- bij SpO2 meer dan 92% en een ademhalingsfrequentie onder de 24 keer per minuut kan de zuurstof verlaagd worden. In dat geval zuurstof met 1L/minuut verlagen en na 30 minuten de saturatiemeting herhalen. Als SpO2 lager dan 92% zuurstof weer met 1L/minuut ophogen;
- bij SpO2 gelijk aan of hoger dan 92% zonder extra zuurstof en een ademhalingsfrequentie onder de 24 keer minuut mag de zuurstof gestopt worden (tenzij de patiënt bekende onderliggend longproblemen heeft dan de streefwaarde aanpassen aan de gebruikelijke waarde voor de patiënt).

Telefonisch overleg medisch specialist bij twijfel of vragen is mogelijk voor huisarts.