

De longverpleegkundige

U heeft van uw longarts te horen gekregen dat u astma of COPD heeft. Om u zo goed mogelijk te informeren over deze aandoening heeft uw longarts u doorverwezen naar de longverpleegkundige.

De longverpleegkundige

De longverpleegkundige is een verpleegkundige die zich heeft gespecialiseerd op het gebied van Astma en COPD. De longverpleegkundige werkt nauw samen met de longarts en andere hulpverleners en houdt zich vooral bezig met de praktische vragen en problemen die de aandoening met zich meebrengt en hoe u hier mee om kunt gaan. Deze hulpverlener kijkt samen met u of er oplossingen zijn voor uw vragen en/of beperkingen. Denk bijvoorbeeld aan:

1. Inzicht van de aandoening

- werking longen;
- oorzaken van astma/COPD en kortademigheid;
- gevolgen (lichamelijk, psychisch, sociaal);
- onderzoeken;
- uitleg belang van controle door longarts/longverpleegkundige.

2. Hoe leer ik omgaan met mijn aandoening

- omgaan met verslechtingen;
- omgaan met stress (stress verwerking, acceptatie, sociale steun);
- therapietrouw (t.a.v. medicijngebruik, adviezen);
- leefstijl (roken, voeding, arbeid, rust, wonen);
- opbouw en behoud van conditie

3. Behandeling

- stoppen met roken;
- medicatie/zuurstof
- verpleegkundige begeleiding;
- fysiotherapie, voedingstherapie
- voedingsadviezen;
- maatschappelijke begeleiding, psychologische begeleiding
- longrevalidatie

4. Behandelingsvormen

- longrevalidatie;
- informatieprogramma;
- Het informatie programma is een groepsprekkuur waarin onder andere aan bod komt:
 - * uitleg ziektebeeld en factoren die daarop van invloed zijn;
 - * medicatie en inhalatie-instructie.(Dit programma is toegankelijk voor patiënt zelf en zijn directe sociale omgeving c.q. partner.)
- dagbehandeling;
- dexta infuus thuis

Lijst van mogelijke gesprekspunten met de longverpleegkundige

Dit overzicht van vragen kunt u gebruiken om het gesprek met de longverpleegkundige voor te bereiden. Door middel van het aankruisen van vragen kunt u aangeven waarover u wilt praten. Helaas is het niet mogelijk alle onderwerpen aan bod te laten komen. Maak daarom een keuze voor maximaal 10 punten voor het gesprek.

1. Aard van de ziekte

- hoe werken de longen
- wat betekent astma of COPD / emfyseem
- welke complicaties kunnen er bij mijn ziekte optreden
- waar komt de ziekte vandaan (oorzaak)
- is de ziekte erfelijk
- zal ik mijn leven lang last hebben van mijn ziekte
- kunt u de klachten (piepen, hoesten, benauwdheid, vermoeidheid) verklaren

2. Oorzaak klachten

- welke prikkels (rook, weersomstandigheden) leiden tot meer klachten
- wat verstaat men onder allergie
- wat verstaat men onder overgevoeligheid
- welke klachten kunnen door een allergie optreden
- wat kan ik aan mijn allergie doen
- wat is hooikoorts
- wat bedoelt men met luchtweginfecties (-ontstekingen)
- waardoor ontstaan luchtweginfecties en hoe kan men deze bestrijden

3. Behandeling

- wat kan ik aan de klachten doen
- wat is het doel van de behandeling mét en zonder medicijnen
- hoe werkt de behandeling of behandelingen
- wat kan ik zelf doen om zo weinig mogelijk last te hebben van mijn ziekte
- wat is de werking van mijn medicijnen
- mag ik bij ernstige klachten meer medicijnen innemen
- welke bijwerkingen hebben mijn medicijnen
- waarom moet ik mijn medicijnen innemen
- werken mijn medicijnen verslavend
- wat is de juiste inhalatietechniek

4. Psychosociale problemen (angst en zorgen)

- problemen die ik nu heb; bijvoorbeeld piekeren, door anderen niet begrepen worden, eenzaamheid, angst, schuldgevoelens, problemen met seks / relatie
- wat is de oorzaak van deze problemen
- wat kan ik aan de problemen doen
- is mijn ziekte psychisch
- hoe kan ik leren leven met zijn ziekte

5. Praktische zaken

- vergeten medicijnen
- voeding
- roken
- gebruik van zuurstof
- voorzieningen/aanpassingen voor de dagelijkse verzorging

- de leefomgeving prikkelarm maken
- woon/leefgedrag (arbeid) aanpassen
- belang van actief bewegen / sport
- toepassen van ademhaling, hoest- en ontspanningstechnieken
- huisdieren
- griepvaccinatie
- werkhervatting
- patiëntenverenigingen

6. Andere vragen

-
-
-
-

Hoe kunt u de longverpleegkundige bereiken?

U kunt verwezen worden door uw longarts, de verpleegafdeling of dagbehandeling waar u onlangs verbleef. Ook kunt u, indien u bekend bent bij een longarts in dit ziekenhuis, op eigen verzoek een afspraak maken.

U kunt een afspraak maken via de polikliniek Longziekten.

Deze gesprekken vinden plaats op afspraak op polikliniek Longziekten.

Leven met Astma/COPD

Geen mens is hetzelfde; de een krijgt het soms benauwd, de ander is voortdurend kortademig. Bij astma vormen aanvallen van kortademigheid de belangrijkste klacht; bij COPD (= chronische bronchitis en longemfyseem) gaat het vooral om hoesten, slijm opgeven en kortademigheid bij inspanning.

Mensen met ernstige COPD zijn vaak in rust al kortademig.

Bij astmapatiënten staat het vermijden van (allergische) prikkels op de voorgrond. Sommige patiënten worden benauwd van huisstofmijt, anderen kunnen niet tegen huisdieren, pollen, rook, parfums of koude lucht. Sommige patiënten gebruiken alleen in bepaalde perioden medicijnen, andere gebruiken deze elke dag.

Bij COPD gaat het, naast het gebruik van medicatie, vooral om het leren omgaan met de beperkingen. Als u moeite krijgt met ademen verandert er nogal wat in uw leven. Deze verandering is vaak blijvend. Iedere dag opnieuw wordt u geconfronteerd met de aanpassingen die u moet doen om goed te kunnen blijven functioneren.

Als u astma of COPD heeft veranderd er niet alleen veel voor u; ook uw naaste familie heeft te maken met deze veranderingen. Daarom is naaste familie altijd welkom bij het gesprek met de longverpleegkundige en staan wij open voor vragen en advies.

Meer informatie

Meer informatie vindt u bij onderstaande instelling:

Longfonds

Telefoonnummer: (033) 434 12 12

www.longfonds.nl

Advieslijn: (0900) 227 25 96 (ma-vrij: 09.00-16.30 uur; € 0,50 per gesprek + gebruikelijke belkosten)

E-mail: advieslijn@longfonds.nl

Belangrijke telefoonnummers

ETZ (Elisabeth-TweeSteden Ziekenhuis): (013) 22 100 00

Polikliniek Longgeneeskunde: (013) 221 02 60