



Zuurstof thuis bij Covid

U bent op de Spoedeisende Hulp van het Laurentius Ziekenhuis geweest in verband met een longontsteking als gevolg van het coronavirus. Hier is met u besproken dat u thuis zuurstof krijgt. In deze folder vindt u meer informatie hierover en leest u wat u thuis moet doen.

Behandeling met zuurstof bij coronavirus

Het coronavirus is een virus dat koorts en luchtwegklachten kan veroorzaken. De meest voorkomende klachten zijn koorts, benauwdheid, diarree, hoesten vermoeidheid en braken. Omdat u nog extra zuurstof nodig heeft in deze herstelfase van de ziekte, krijgt u zuurstof mee naar huis tot uw zuurstofgehalte goed genoeg is. Uw zuurstof gehalte blijven we controleren totdat u geen zuurstof meer nodig heeft. Dit gebeurt door uw huisarts.

We vragen u om 3 keer per dag zelf de zuurstof en de ademhalingsfrequentie te meten en te noteren op een blaadje.

Het meten dient te gebeuren om:

- 10.00 uur: meetmoment 1
- 15.00 uur: meetmoment 2
- 20.00 uur: meetmoment 3

Uw huisarts belt u 2x per week en zo nodig vaker om te controleren hoe het met u gaat en om te beoordelen of de zuurstof al veilig afgebouwd kan worden. Hij vraagt dan ook naar de zuurstofwaardes die u hebt genoteerd.

Uw huisarts beslist wanneer de zuurstof gestopt kan worden.

Hoe meet u de zuurstofsaturatie?

De zuurstofsaturatie geeft aan hoeveel zuurstof in uw bloed aanwezig is. Zuurstoftransport door het lichaam is nodig om goed te functioneren. Zuurstofopname gebeurt in de longen. Het coronavirus heeft invloed op de longen, waardoor er tijdelijk minder zuurstof in het bloed kan zijn. Het is daarom van belang dat u op een goede manier de zuurstof in uw bloed meet.

Volg hiervoor onderstaande instructie.

Instructie

- Als u nog zuurstof gebruikt, houd deze dan in tijdens de meting.
- De zuurstofmetingen dienen 3 maal per dag te gebeuren; om 10.00 uur, om 15.00 uur en om 20.00 uur. Zorg dat u de metingen doet op een rustig moment (na minimaal 15 minuten rust, niet na inspanning, niet 's nachts, niet direct na ontwaken).
- Warm uw handen goed op voordat u de meting doet.
- Zet de zuurstof meter aan.
- Plaats de zuurstofmeter op een vinger. Er mag geen nagellak op de nagel zitten; dit verstoort de meting.
- Het kan even duren voordat de zuurstofsaturatie gemeten is, wacht rustig af.
- De meter gaat vanzelf weer uit als u hem van de vinger af haalt.

Wat te doen bij een afwijkende zuurstof waarde (zuurstof lager dan 92%)?

Zuurstofwaardes lager dan 92% worden gezien als afwijkende waardes. Wanneer u bij het meten waarde heeft die lager is dan

92 % dient u het volgende te doen:

- Bij een afwijkende waarde (zuurstof lager dan 92%), meet u direct nog een keer.
- Indien deze tweede meting weer lager is dan 92%, ga dan goed rechtop zitten en meet na 15 minuten nog eens de zuurstofwaarde.
- Als na 15 minuten de zuurstof nog steeds lager dan 92% is, belt u de thuiszorg of uw huisarts.

Hoe meet u de ademhalingsfrequentie?

Uw ademhalingsfrequentie is het aantal keren dat u ademhaalt in 1 minuut. Naast het zuurstofgehalte in het bloed willen we ook de ademhalingsfrequentie controleren. Daarom is het belangrijk dat u ook dit meet.

Volg hiervoor onderstaande instructie.

Instructie

- Zorg dat u rustig zit en tel gedurende 60 seconden (1 minuut) hoe vaak u ademhaalt.
- Let op dat u niet sneller gaat ademen, doordat u zich concentreert op uw ademhaling.
- Soms is het makkelijker als een ander uw ademhalingsfrequentie telt. Deze kan het ongemerkt doen, terwijl u rustig zit.

Dexamethason

U heeft ook een recept voor dexamethason mee naar huis gekregen. Uit onderzoeken blijkt dat dit het herstel bij COVID bevordert. Als u geen zuurstof meer nodig heeft, kan de dexamethason worden gestopt. Soms wordt de bloedsuikerspiegel verhoogd door dexamethason. Dit merkt u als u overmatig dorst krijgt, suffer wordt of vaker moet plassen dan normaal. Neem in dat geval contact op met uw huisarts. Indien u diabetes heeft, zal uw huisarts soms de diabetes medicatie aanpassen.

Einde behandeling met zuurstof

Uw huisarts bepaalt wanneer u kunt stoppen met de behandeling met zuurstof. Zodra de behandeling klaar is, wordt u verzocht de zuurstoffles en saturatiemeter weer in te leveren bij de balie van de Spoedeisende Hulp in het ziekenhuis.

Belangrijke telefoonnummers:

Huisarts	:	
Wijkverpleging	:	
Huisartsenpost	:	(0475) 77 1771
Laurentius Ziekenhuis		
<i>Algemeen</i>	:	(0475) 38 2222
<i>Poli longziekten</i>	:	(0475) 38 2642
Levensbedreigende situaties	:	112

Meer informatie over coronavirus

- Voor meer informatie over het coronavirus kijk op de website van het RIVM: www.rivm.nl/coronavirus/covid-19
- Voor adviezen over hoesten en koorts, kunt u op de website van Thuisarts kijken: www.thuisarts.nl
- extra informatie over zuurstof toediening thuis kunt u vinden op de website van het longfonds: <https://www.longfonds.nl/sites/default/files/2021-03/Brochure%20zuurstof%20DEF%20PDF.pdf>

OBSERVATIELIJST voor zuurstof (O₂)-gebruik thuis

Dhr/mevr:

Geboortedatum:

	Saturatie %	Ademhalingsfrequentie	O ₂ ltr /min	Glucose Zo nodig	*evt. Thrombose Profylaxe Ja/Nee	*evt. Dexamethason Ja/Nee	*evt. Antibiotica Ja/Nee
Bij ontslag ZH							
1 ^e controle thuis							
2 ^{de} controle thuis							
Extra controle zn							
Evt. bijzonderheden							
Dag 2:							
10.00 uur							
15.00 uur							
22.00 uur							
Extra controle zn							
Evt. bijzonderheden							
Dag 3:							
10.00 uur							
15.00 uur							
22.00 uur							
Extra controle zn							
Evt. Bijzonderheden							
Dag 4:							
10.00 uur							
15.00 uur							
22.00 uur							
Dag 5:							
10.00 uur							
15.00 uur							
22.00 uur							
Extra controle zn							
Evt. bijzonderheden							
Dag 6:							
10.00 uur							
15.00 uur							
22.00 uur							
Extra controle zn							

Evt. bijzonderheden							
Dag 7:							
10.00 uur							
15.00 uur							
22.00 uur							
Extra controles							
Evt. bijzonderheden							

Laurentius Ziekenhuis
Mgr. Driessenstraat 6
(hoofdingang bereikbaar via de Oranjelaan)
6043 CV Roermond
www.lzr.nl

Patiëntencommunicatie Laurentius Ziekenhuis
34290580 - Spoedeisende Hulp - december 2021