

Longaanval

bij COPD

U bent opgenomen in het BovenIJ ziekenhuis met een longaanval. Een longaanval is een ernstige benauwdheidsaanval die voorkomt bij COPD.

COPD is een ziekte van de longen. In het Nederlands betekent dit: Chronische Obstructieve Longziekte. COPD is een verzamelnaam voor:

1. **Chronische Bronchitis:** De luchtwegen zijn chronisch geïrriteerd en ontstoken. Hierdoor maken uw longen meer slijm aan en kunt u moeilijk ademen.
2. **Longemfyseem:** De longblaasjes en elasticiteit gaan langzaam verloren. Longblaasjes zorgen voor de zuurstof- en gasuitwisseling tussen het bloed en de longen. Naarmate de longblaasjes minder goed werken kunt u het benauwd krijgen.

COPD gaat soms gepaard met een aanval van ernstige benauwdheid: de longaanval. Door een longaanval is er een kans op schade aan uw longen die niet meer herstelt. Een longaanval is vaak een hele nare en angstige ervaring. Het is belangrijk om te voorkomen dat het weer een keer zal optreden. Door op tijd actie te ondernemen, kunt u zorgen dat de aanval minder ernstig is en kunt u misschien een ziekenhuisopname voorkomen.

Wat kunt u zelf doen om een longaanval te voorkomen

Het is goed om een aantal zaken in acht te nemen:

- **Niet roken:** Roken is de belangrijkste oorzaak van COPD. Daarom is het heel erg belangrijk dat u stopt met roken. Omdat we weten dat dit moeilijk kan zijn, kunt u hierbij ondersteuning vragen bij de longverpleegkundige.
- **Bewegen:** Als u weer ontslagen bent uit het ziekenhuis zult u nog niet geheel de oude zijn. Langzaam knapt u weer op. Zorg ervoor dat u niet te veel blijft liggen of zitten. Het is belangrijk dat u weer langzamerhand uw dagelijkse bezigheden oppakt en dat u elke dag beweegt. Bij de fysiotherapeut kunt u meedoen aan programma's speciaal voor mensen met COPD, namelijk 'Longrevalidatie' en/of 'Longreactivatie'. Het is aan te raden om dit te gaan doen. U kunt met de longverpleegkundige bespreken hoe u daarmee kunt beginnen.
- **Eten en drinken:** Een gezond voedingspatroon en een gezond gewicht zijn belangrijk om zo gezond mogelijk te blijven. Sommige mensen met COPD zullen ongewenst afvallen. Dit komt omdat het ademen voor hen extra energie kost. Het is soms nodig om bijvoeding te gebruiken. Indien u ongewenst gewichtsverlies heeft, geef dit aan bij de longverpleegkundige.
- **Inhalatiemedicatie:** U heeft van uw longarts inhalatiemedicatie voorgeschreven gekregen. In de meeste gevallen zal de longverpleegkundige u een bezoek brengen tijdens de opname. Zij neemt met u door hoe u de inhalatiemedicatie moet gebruiken. Als u twijfelt of u heeft vragen, kunt u bellen met de polikliniek longziekten. U wordt dan door de longverpleegkundige teruggebeld.

Vroegtijdig hulp inschakelen

Uw klachten kunnen plotseling weer erger worden. Dit is te merken aan één of meer van deze klachten:

- U ervaart extra benauwdheid
- U hoest duidelijk meer
- U heeft meer slijm of taaier slijm of verandering van kleur van slijm.
- U bent extreem vermoeid.

Dit kunnen de eerste tekenen van een longaanval zijn. Als u een longaanval voelt aankomen, **moet** u hulp inschakelen. U kunt bellen met uw huisarts of de longverpleegkundige. Zij kunnen u een advies geven.

Door op tijd actie te ondernemen kunt u zorgen dat de aanval minder heftig is en een ziekenhuisopname voorkomen.

Wijk-longverpleegkundige

Omdat de zorg niet ophoudt bij het ziekenhuis werken wij samen met longverpleegkundigen van Cordaan en Evean. Als u weer thuis bent uit het ziekenhuis wordt u gebeld door de wijk-longverpleegkundige van de thuiszorg om een afspraak met u te maken voor een huisbezoek. Dit is om te bespreken hoe het met u gaat en of u al aan het opknappen bent.

Zij/hij bespreekt ook bovenstaande punten met u. Ook neemt de wijk-longverpleegkundige het longaanval actieplan met u door. U kunt in het ziekenhuis aangeven of u voorkeur heeft voor Cordaan of Evean.

Revalidatie

Soms is de overstap van het ziekenhuis naar huis nog te groot. Dan is een tijdelijke opname op een revalidatieafdeling in het EDD of de Die aan te raden.

U kunt daar op krachten komen en aansterken. Praat hierover met de zaalarts of verpleegkundige.

Longverpleegkundige/Longarts

Bij uw ontslag krijgt u afspraken mee voor de longarts en longverpleegkundige van het ziekenhuis. U krijgt ook een belafsprak. U wordt op de afgesproken dag, maar op een willekeurig tijdstip, gebeld.

Vragen?

Heeft u nog vragen, stelt u deze dan aan de (wijk-)longverpleegkundige.

Telefoonnummers BovenIJ ziekenhuis

Hoofdreceptie	020 - 634 6346
Longziekten polikliniek	020 - 634 6292