Alrijne

Longziekten

COPD

Contactgegevens ziekenhuizen van Alrijne

Leiden
Houtlaan 55
2334 CK Leiden
071 582 8282

Leiderdorp
Simon Smitweg 1
2353 GA Leiderdorp
071 582 8282

Alphen aan den Rijn
Meteoorlaan 4
2402 WC Alphen aan den Rijn
071 582 8282

www.alrijne.nl

U heeft COPD. Dit is een ziekte van de longen. In deze folder vertellen wij u wat COPD precies is en hoe we u kunnen helpen.

In het kort

- COPD is een ziekte van de longen: chronische bronchitis en longemfyseem. Dit komt bijna altijd door roken.
- De klachten zijn hoesten, slijm, benauwd zijn.
- Het is belangrijk om te stoppen met roken. En om genoeg te bewegen en gezond eten.
- Medicijnen helpen tegen de klachten en kunnen een longaanval voorkomen.
- Denkt u dat u een longaanval heeft? Bel dan met de huisarts of met het ziekenhuis.

Wat is COPD?

COPD betekent Chronic Obstructive Pulmonary Disease. Bij COPD kunt u last hebben van 2 ziektes:

- chronische bronchitis en
- longemfyseem.

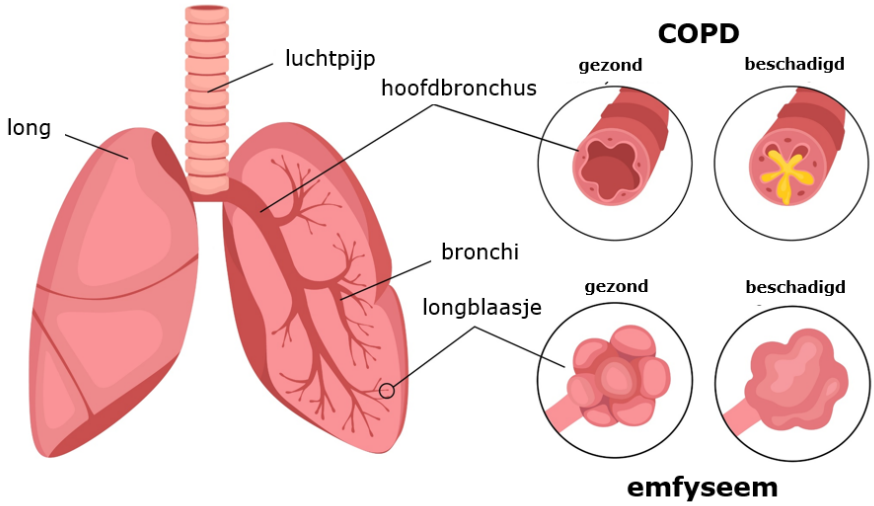
<u>Chronische bronchitis</u>

Bij chronische bronchitis zijn de longen steeds ontstoken. Daardoor zijn de luchtwegen nauwer en is er minder ruimte om goed te ademen. Ook heb je meer last van slijm.

<u>Longemfyseem</u>

Bij longemfyseem gaan er langzaam longblaasjes verloren: het longweefsel kan niet meer goed uitrekken als je ademt. De longblaasjes zorgen ervoor dat zuurstof na het inademen in je bloed komt. En dat je afvalstoffen weer uitademt. Hoe minder longblaasjes er zijn, hoe moeilijker dit wordt. Hierdoor kun je het benauwd krijgen.

COPD komt meestal door roken en soms door fijnstof of prikkelende deeltjes in de lucht.
Bij prikkeling van de longen wordt het slijmvlies in de longen dikker. Het slijmvlies gaat meer slijm maken. COPD gaat niet meer over.



Waar heeft u last van?

- U moet vaak hoesten en er is slijm bij het hoesten.
- U komt adem te kort
- U hoort een piepend geluid als u ademt.
- U krijgt het benauwd als u zich inspant. Bijvoorbeeld als u traploopt, fietst of hardloopt.

Als de COPD erger wordt, krijgt u sneller en meer last van deze klachten. Dan heeft u er al last van bij gewone dingen zoals wassen en aankleden.

Doordat de longen alsmaar ontstoken zijn, heeft u sneller last van prikkelende stoffen. U kunt dus benauwd worden als u rook, sterke geuren, mist of koude lucht inademt. Probeer dit soort prikkels dus te ontwijken.

Longaanval
Bij een longaanval worden de klachten erger. Dit kan plotseling, maar ook langzaam gebeuren.
U kunt dan last hebben van

- meer hoesten,
- (taai) slijm en/of
- u hebt minder adem dan normaal.

Het is belangrijk dat u weet wat u moet doen als u deze klachten heeft, bijvoorbeeld:

- extra medicijnen nemen, als u dit heeft afgesproken met uw longarts of verpleegkundige,
- of bellen met de long-verpleegkundige / verpleegkundige specialist in het ziekenhuis of bellen met uw huisarts.

Hoe komen we erachter of u COPD heeft?

- De longarts of physician assistant stelt u vragen over uw persoonlijke situatie.
- U krijgt een longfunctie-onderzoek. Zo kunnen we zien of u COPD heeft. Ook kunnen we zien hoe ziek uw longen al zijn.
- Soms is bloed-onderzoek of een longfoto nodig.
- Ook kunnen we onderzoeken hoe gevoelig uw longen zijn voor prikkels.

De behandeling van COPD

COPD gaat niet meer over. Uw longen zijn beschadigd. Wel kunt u ervoor zorgen dat uw longen niet verder beschadigen. En we kunnen ervoor zorgen dat u minder last heeft van uw COPD.

- Het is het beste voor uw longen als u stopt met roken. Dan worden uw longen minder snel slechter. Als u dat wilt, kunnen wij u helpen bij het stoppen met roken. De long-verpleegkundige van de polikliniek Longziekten heeft informatie voor u.
- Probeer ook andere prikkelende stoffen zoals mist en sterke geuren (parfum) te ontwijken.
- Eet gezond en beweeg genoeg. Zo blijft u fit en heeft u minder snel kans op infecties, bijvoorbeeld verkoudheid en griep.

Ook de griepprik kan hierbij helpen.
- Medicijnen (inhalatie) kunnen de longen niet beter maken. Maar ze kunnen er wel voor zorgen dat u minder last hebt van de COPD. Het is belangrijk dat u de medicijnen op de juiste manier gebruikt. U kunt advies krijgen van de apotheek of long-verpleegkundige / verpleegkundige specialist.

Er zijn een aantal soorten medicijnen voor COPD:
- Luchtwegverwijders: maken de luchtwegen wijder, waardoor u beter kunt ademen;
- Onstekingsremmers: gaan de kleine ontstekingen in je longen tegen. Hierdoor reageren je longen minder heftig op prikkels deze medicijnen beschermen tegen prikkels zodat u minder snel klachten krijgt;
- Combinatie-middelen: is een combinatie van de medicijnen die hierboven staan.

Wij kijken samen met uw behandelaar welke medicijnen voor u het beste zijn.

Long-verpleegkundige / verpleegkundig specialist

De long-verpleegkundige of verpleegkundig specialist is een verpleegkundige die zich heeft gespecialiseerd in longziekten.
Zij/hij leert u om te gaan met uw ziekte. Zij/hij geeft informatie over
- uw ziekte,
- uw longmedicijnen,
- stoppen met roken.
- Zij/hij geeft adviezen over uw levensstijl en wat u kunt aanpassen.
- Ook kan zij/hij u doorverwijzen naar bijvoorbeeld de fysiotherapeut of diëtist, als dat nodig is.

Worden uw klachten erger? Of heeft u vragen? Dan kunt u bij haar/hem terecht.

De longarts verwijst u door naar de long-verpleegkundige of verpleegkundig specialist. Maar u kunt ook zelf aan de longarts vragen of zij/hij u naar de long-verpleegkundige of verpleegkundig specialist wil verwijzen.

Longrevalidatie

Wordt u behandeld voor COPD en heeft u nog problemen? Dan kunt u misschien long-revalidatie krijgen. Uw longarts bespreekt dit met u.
Alrijne werkt hiervoor samen met Basalt (Revalidatie Centrum in Leiden). Tijdens deze revalidatie wordt u begeleid door een gespecialiseerd team: een longarts, een long-verpleegkundige, een fysiotherapeut, een psycholoog, een diëtist en een activiteiten-begeleider.

Extra hulp nodig?

Mensen met ernstig COPD kunnen extra hulp krijgen van bijvoorbeeld een thuiszorg-organisatie. En misschien zijn er thuis aanpassingen nodig. Hierover kunt u informatie krijgen bij uw gemeente. Meer informatie kunt u ook krijgen bij het Longfonds: www.longfonds.nl

Tot slot

Wat neemt u mee?

- uw (geldige) identiteitsbewijs (paspoort, ID-kaart, rijbewijs);
- uw medicatie-overzicht. Dat is een lijst met de medicijnen die u nu gebruikt. U haalt deze lijst bij uw apotheek.

Heeft u een andere zorgverzekering of een andere huisarts? Of bent u verhuisd? Geef dit dan door. Dat kan bij de registratiebalie in de hal van het ziekenhuis.
Zorgt u ervoor dat u op tijd bent voor uw afspraak? Kunt u onverwacht niet komen? Geeft u dit dan zo snel mogelijk aan ons door. Dan maken we een nieuwe afspraak met u.

Vragen

Als u vragen heeft kunt u bellen met de long-verpleegkundige of verpleegkundige specialist van de polikliniek Longziekten in Leiderdorp: 071 582 8053.

Foldernummer 18.17, 11_26