

Palliatieve zorg bij COPD

Wanneer medisch handelen bij ernstig COPD geen verbetering meer geeft, begint de palliatieve fase. Palliatieve zorg is zorg voor mensen met een ongeneeslijke chronische ziekte. Palliatieve zorg is bedoeld om de kwaliteit van leven zo goed mogelijk te houden door het voorkomen en verlichten van klachten.

De palliatieve fase kan bij COPD kan jaren duren.

In deze folder staat beschreven wat de palliatieve fase kan betekenen voor u en uw omgeving.

Zo kunt u beter met uw naasten en de zorgverleners praten over de zorg die u nodig heeft. U kunt meedenken welke ondersteuning u wenst of nodig heeft om in deze fase zo goed mogelijk met uw aandoening om te kunnen gaan.

Een exacerbatie COPD/longaanval

Een exacerbatie COPD of longaanval is een verslechtering van de COPD, die behandeld dient te worden. Het is moeilijk om in te schatten wanneer u naar de huisarts moet, als u zich niet lekker voelt. Het gebeurt regelmatig dat er te lang gewacht wordt met het inschakelen van een arts, waardoor iemand onnodig ernstig ziek wordt en bovendien op den duur de longfunctie sneller verslechtert. Een longaanval kan leiden tot een achteruitgang van uw longfunctie, wat weer meer klachten tijdens uw dagelijkse bezigheden geeft.

Ga dus op tijd naar een dokter!

Herkennen van een longaanval

Een longaanval kan herkend worden door:

- Toenemend hoesten
- Meer slijm dikker/taai
- Gekleurd slijm, groen, bruin, geel
- Piepende ademhaling
- Toegenomen kortademigheid, ook in rust
- Koorts
- Bloederig slijm
- Niet in staat om activiteiten uit te voeren

Een longaanval kan ook gepaard gaan met allerlei algemene klachten, deze kunnen langzaam maar ook acuut opkomen:

- Toename van vermoeidheid
- Slapeloosheid
- Verwardheid
- Uzelf niet lekker voelen
- Soms een beklemmend gevoel op de borst

Het vermijden/voorkomen van een longaanval:

- Neem uw voorgeschreven geneesmiddelen (puffers) op de juiste wijze en op gezette tijden in
- Begin op tijd uw noodmedicatie te nemen, als deze voorgeschreven zijn
- Beweeg, hoe bescheiden ook. Het komt er op aan dat u uw spieren gebruikt en uw conditie behoudt.
- Ga indien mogelijk naar een fysiotherapeut voor een oefenprogramma

- Pas uw tempo aan
- Zorg voor voldoende rust
- Doe ademhalingsoefeningen als u moeilijk slijm ophoest
- Houd uw gewicht in de gaten
- Laat u inenten tegen griep
- Trek bij twijfel aan de bel bij uw huisarts, praktijkondersteuner of longverpleegkundige!

Voeding

Het is heel belangrijk dat u uw gewicht in de gaten houdt bij COPD. Een gezond gewicht kan er toe bijdragen dat u meer weerstand heeft tegen ziektes. Eet gevarieerd, zodat uw voeding alle nodige stoffen levert.

Ondergewicht bij COPD

Bij COPD is de energiebehoefte van het lichaam vaak verhoogd. Door uw benauwdheids-of vermoeidheidsklachten kan het u bovendien extra moeite kosten om voldoende te eten. Hierdoor ontstaat de kans dat u afvalt en spiermassa verliest, dat is iets wat u juist moet voorkomen. U kunt in de gaten houden of u gedurende de tijd niet afgevallen bent. Gebeurt dat wel of merkt u dat eten moeizaam gaat, dan moet u dat bespreekbaar maken met de uw behandelend arts, longverpleegkundige of praktijkondersteuner.

Overgewicht bij COPD

Sommige mensen met COPD hebben overgewicht. Het is niet verstandig om bij ernstig COPD streng te gaan lijnen, want dan komt u waarschijnlijk voedingsstoffen tekort. Het is beter dit te doen met ondersteuning van een diëtiste.

Zorg Thuis

Zorg bij COPD in de palliatieve fase is vaak gedeelde zorg van huisarts, longarts, longverpleegkundige en praktijkondersteuner. Indien het voor u te belastend wordt om in het ziekenhuis op controle te komen, kunt u dit het beste bespreken op de polikliniek. De huisarts kan de behandeling dan overnemen. Uw huisarts kan aandacht besteden aan klachten in de thuissituatie zoals pijn, angst en benauwdheid. U kunt praten over uw zorgen en verdriet. Vragen die bij u opkomen door het naderende afscheid kunnen altijd besproken worden.

Morfine

Om het gevoel van benauwdheid te onderdrukken kan er door de arts morfine voorgeschreven worden. Er wordt meestal begonnen met een lage dosering morfinedrank. U krijgt advies hoe en wanneer u de morfinedrank kunt gebruiken. Bij morfine kan gewenning optreden en dat kan betekenen dat u op den duur meer nodig heeft om het gewenste effect te bereiken.

Angst voor morfinegebruik komt veel voor. Dit is vooral ingegeven doordat veel mensen het gebruik van morfine koppelen aan doodgaan. Echter bij COPD wordt morfinedrank (of indien nodig een injectie of pleisters) ingezet als maximale luchtwegverwijders niet voldoende resultaat meer hebben. Morfinedrank maakt het ademen lichter, onderdrukt het gevoel van benauwdheid en zorgt dat de kortademigheid wat draaglijker is.

Een regelmatig voorkomende bijwerking van morfine is obstipatie (verstopping). Daarom wordt er vaak een drankje of zakje voor de ontlasting voorgeschreven.

Andere mogelijke bijwerkingen zijn misselijkheid, braken, slaperigheid en verwardheid.

Zuurstof bij COPD

Door ernstig COPD kunnen de longen minder goed het zuurstof naar het bloed sturen, een langdurig zuurstoftekort kan problemen aan andere organen geven. Het verstrekken van zuurstof hangt af van de ernst van het gebrek aan zuurstof in het bloed. De longarts stelt dit

op de polikliniek vast. Het hoeft niet zo te zijn dat u bij benauwdheid of kortademigheid ook een zuurstoftekort heeft. Er zijn ook andere oorzaken die deze klachten kunnen versterken. Zuurstof moet gezien worden als een medicijn, gebruik deze altijd op advies van de arts. Verhoog nooit zomaar de zuurstof, een te grote hoeveelheid tegelijkertijd kan schadelijk zijn.

Niet reanimeren/niet beademen

Bij niet reanimeren en niet beademen wordt besloten om u niet meer aan de beademingsapparatuur aan te sluiten bij achteruitgang. Soms is het nog wel mogelijk om u te beademen met een kap(non-Invasieve Beademing), maar dat is er vooral op gericht om u te ondersteunen bij het ademen. Niet iedereen kan deze methode goed verdragen.

Meer informatie:

www.netwerkpalliatievezorg.nl/ossudenveghel

www.doodgewoonbespreekbaar.nl

Juli 2020