

# Iltbehandling i eget hjem ved lungesygdom

Du skal have iltbehandling i dit eget hjem. Det skyldes, at din lungefunktion er så dårlig, at iltindholdet i dit blod er konstant nedsat.

Når iltbehandlingen foregår korrekt, kan den forlænge og forbedre dit liv. Dine muligheder for fysiske aktiviteter øges.

## SÅDAN FOREGÅR BEHANDLINGEN

Ilttilskud gives ofte fra en iltkoncentrator, som laver ilt ud af almindelig luft fra omgivelserne. Du får ilten gennem et næsekateter, som fører ilten til luftvejene. Den mængde ilt, du skal have, måles i liter per minut. I særlige tilfælde kan du få ilt fra iltflasker eller i flydende form.

### Tag kun den mængde, du har aftalt med lægen

Inden du begynder iltbehandlingen, får du taget en blodprøve, som viser, hvor mange liter ilt du skal have i minuttet. Tag ikke mere, end du har aftalt med lægen, da du kan få for meget.

### Tag ilt så længe som muligt

Jo mere du bruger ilten, jo bedre virker behandlingen. Du skal bruge ilt mindst 16 timer i døgnet, for at behandlingen kan forlænge og forbedre dit liv. Hvis det er muligt, kan du med fordel få ilt hele døgnet.

### Brug creme ved tørre næsebor

Slimhinden i næseborene kan tørre ud, når du er i iltbehandling. Du kan afhjælpe tørrheden ved at smøre næsen med et tyndt lag vandbaseret creme, som du kan købe på apoteket. Du bør ikke bruge oliebase-rede cremer som fx vaseline.

Du kan også bruge Nozoil næsespray eller saltvands-næsespray. Nozoil er lavet på sesamolie, men olien er presset på en måde, så der ikke er problemer i forhold til ilten.

### Vask og skift iltkateter ofte

Der findes flere forskellige iltkatetre – også kaldet iltbriller. Disse kan trykke ved næse og ører, men du kan forebygge det ved at holde iltkatetret blødt, rent og tørt. Skift kateteret hyppigt – mindst hver 2. uge. Du kan få nye iltkatetre ved at henvende dig til iltfirmaet Vital Aire på tlf. 44 92 35 44.

### Undgå rygning og åben ild

Hvis du ryger tobak, ophæver det virkningen af iltbehandlingen. Derfor er det vigtigt, at du stopper fuldstændigt med at ryge.

Ren ilt nærer forbrænding, og der er stor risiko for at komme til skade, hvis du er i nærheden af åben ild, når du er i iltbehandling. Det gælder rygning, en tændt brændeovn, stearinlys og madlavning over gasblus. Der er stor risiko for alvorlige forbrændinger, og du skal opholde dig mindst 2 meter fra åben ild. Du må ikke bruge åben ild i sengerum med ilt, da ilten kan ophobe sig i sengetøjet. Olie må ikke anvendes i nærheden af ilt, da det kan selvantænde.

### Få motion og frisk luft

Selvom det kniber med luft, er det vigtigt at få sig rørt. Forlængerslangen gør det muligt for dig at bevæge dig omkring inde, samtidig med at du får ilt. Det er også vigtigt, at du kommer ud og får frisk luft. Medbring en iltflaske, når du gør det. Det er vigtigt, at du bruger ilten ved anstrengelser, fordi kroppen i den forbindelse har brug for mere ilt. Husk at tage dybe vejtrækninger, det vil sige trække vejret helt ned i maven. Når du trækker luft ind, går maven ud, og når du puster luft ud, går maven ind.

### Kontakt Vital Aire ved spørgsmål

I Region Nordjylland står Vital Aire for iltleverancen og kontrollen med iltudstyret. Du vil modtage nærmere oplysninger fra Vital Aires konsulenter. Hvis du har spørgsmål til udstyret, eller hvis der opstår problemer med det, skal du kontakte firmaet.



### **Kontakt Vital Aire ved længerevarende ophold uden for hjemmet**

Hvis du skal hjemmefra i længere tid, skal du kontakte Vital Aire i god tid for at få bragt iltudstyr til det pågældende sted. Hvis du har planer om udlandsrejse, skal du kontakte lungesygeplejerskerne på tlf. 23 28 81 80.

### **Kontakt Vital Aire, hvis strømmen svigter**

Ved længerevarende strømsvigt skal du kontakte Vital Aire. Du kan sagtens undvære ilt i nogle timer, så gå ikke i panik. Hvis du har iltflasker, kan du bruge disse i ventetiden.

### **Få penge tilbage for eludgifter**

Iltkoncentratoren bruger strøm til at producere ilt. Denne merudgift til el refunderer Region Nordjylland. Beløbet indsættes på din NEM-konto. Vital Aire aflæser timetælleren på koncentratoren 4 gange om året og indberetter tallet til Region Nordjylland, der afregner efter en bestemt takst.

## VÆR OPMÆRKSOM PÅ

Du skal være opmærksom på øget åndenød og øget slimdannelse eller langvarig hovedpine, træthed og ændring i psyken. Disse symptomer kan skyldes en forværring af din lungesygdom. Kontakt din læge, hvis du oplever symptomerne.

## KONTROL

Iltbehandlingen kontrolleres cirka hver 6. måned, enten på hospitalet eller ved hjemmebesøg af en lungesygeplejerske.

## KONTAKT OG MERE VIDEN

Hvis du har spørgsmål til eller gener i forbindelse med behandlingen, er du velkommen til at kontakte os.



### **Kontakt**

#### **Lungesygeplejerskerne i Medicinsk Ambulatorium**

Tina B. Pedersen og Lene Jensen  
Tlf. 23 28 81 80

Vi træffes:

Mandag – fredag 7.30 – 8.30 og  
11.00 – 12.30