



Naar huis met zuurstof en medicatie voor COVID-patiënten

U bent opgenomen in Gelre ziekenhuizen vanwege infectie met het coronavirus (COVID-19). Inmiddels bent u grotendeels opgeknapt maar u heeft voor verder herstel nog enige dagen extra zuurstof en medicatie nodig. Dat komt omdat het zuurstofgehalte in uw bloed zonder extra zuurstof nog iets te laag is.

Uw behandelend arts in het ziekenhuis heeft dit besproken met uw huisarts. Dit betekent voor u dat u naar huis mag met extra zuurstof en indien nodig de medicijnen dexamethason (ontstekingsremmer) en een antistollingsmiddel. De verwachting is dat de zuurstof in enkele dagen afgebouwd kan worden. Dit gebeurt altijd op advies van uw huisarts. Dit geldt ook voor het stoppen van het antistollingsmiddel en indien van toepassing, het stoppen van de dexamethason.

In deze folder leest u instructies over uw ontslag en de leefregels voor thuis.

Instructies en oefenen dag voor ontslag

Een dag voor ontslag krijgt u instructies van de verpleegkundige en kunt u oefenen met:

1. Het gebruik van een saturatiemeter (zuurstofgehaltemeter).
2. U krijgt uitleg over gebruik van het zuurstofapparaat.
3. Gebruik persoonlijke beschermingsmiddelen (zoals mondneusmasker enz.).
4. U krijgt uitleg over hygiëne- en quarantainemaatregelen. Alle hygiënemaatregelen voor u als patiënt, uw mantelzorg en eventuele (andere) huisgenoten staan op deze websites:

- <https://lci.rivm.nl/informatiepatientthuis>

- <https://lci.rivm.nl/informatiebriefhuisgenootthuis>

Deze laatste webpagina wordt in het ziekenhuis geprint en krijgt u mee.

5. U krijgt uitleg over gebruik van de medicatie.

Wat wordt thuis geleverd en opgehaald?

Zuurstof, zuurstof neusbrilletjes en instructie.

De verpleegkundige in het ziekenhuis vraagt de zuurstof aan bij de leverancier. De zuurstofleverancier maakt samen met u en uw mantelzorg een afspraak wanneer de zuurstof het beste geleverd kan worden. Bij de levering kijkt de leverancier samen met de mantelzorg waar in het huis de zuurstof geplaatst kan worden. Daarnaast krijgt hij/zij uitleg over hoe u het zuurstoftankje en de neusbrilletjes moet gebruiken.

Het neusbrilletje moet u iedere week vervangen. Zijn deze op? Dan kunt u dit aangeven bij de leverancier. Zij leveren dan per post nieuwe neusbrilletjes.

Na het stoppen van de zuurstof behandeling thuis, regelt de huisarts dat de leverancier om het zuurstofapparaat weer bij u opgehaald wordt. U stuurt zelf de saturatiemeter in de antwoordvelop terug naar het ziekenhuis.



Wat moet u zelf doen?

Als u met ontslag gaat, laat u dan thuisbrengen door uw naaste/ bekende. Hij/zij moet hiervoor het bij u thuis afgeleverde zuurstoftankje meenemen naar het ziekenhuis, zodat u onderweg naar huis ook zuurstof heeft. Als het nodig is, wordt u met de ambulance naar huis gebracht.

U ontvangt in het ziekenhuis een saturatiemeter voor thuisgebruik. U heeft hiermee in het ziekenhuis alvast geoefend samen met de verpleegkundige. Met dit apparaat wordt het zuurstofgehalte in uw bloed aangeduid met een percentage. Dit percentage heet de (zuurstof)saturatie. Als u de saturatiemeter op uw wijsvinger plaatst, kunt u binnen enkele seconden de uitslag aflezen.

Hoe en hoe vaak meet u de saturatie?

- De saturatie moet u drie keer per dag zelf meten: om 10.00, 15.00 en 20.00 uur. Heeft u een toename van klachten? Dan meet u de saturatie op dat moment een extra keer.
- Meet op een rustig moment: na vijftien minuten rust; dus niet na inspanning, niet 's nachts en niet direct na ontwaken.
- Schrijf de waarde op met datum en tijd, steeds in hetzelfde schriftje/notitieblok.
- U heeft dagelijks contact met uw huisarts. Dit kan eventueel via uw mantelzorgverpleegkundige. U geeft uw saturatiewaardes dan door aan uw huisarts.

Wanneer contact opnemen met de huisarts?

- Heeft u een saturatie gemeten lager dan 92%? Meet dan nogmaals. Is uw saturatie na goed rechtop zitten en na dertig minuten nog steeds lager dan 92%? Dan moet u of uw mantelzorgverpleegkundige uw eigen huisarts bellen en uw saturatie percentage doorgeven.
- Voelt u zich slechter, bent u meer benauwd, krijgt u plotselinge pijn of opnieuw koorts? Bel ook dan altijd uw huisarts of buiten kantooruren de Spoedpost Huisartsen: Apeldoorn tel: 0900 – 6009000; Zutphen, tel: 0900 - 2009000.

Wat kunt u van uw huisarts verwachten?

1. Uw huisarts belt u sowieso één keer per dag (niet op een vaste tijd), ook in het weekend, totdat u mag stoppen met zuurstofgebruik.
2. Heeft uw huisarts u door de week nog niet gebeld vóór 15.00 uur? Belt u dan zelf met de huisarts. Zo nodig belt u na 17.00 uur met de Spoedpost Huisartsen, maar doe dat alleen bij spoed (zie Wanneer contact opnemen met de huisarts).
3. Bent u op zaterdag of zondag niet gebeld bent door de huisarts vóór 15.00 uur? Belt u dan zelf de huisarts via de Spoedpost Huisartsen.

Bij wie kan ik terecht met vragen?

Uw huisarts begeleidt u na ontslag uit het ziekenhuis bij het verdere herstel van COVID. U kunt dus uw huisarts bellen met vragen. Uw huisarts overlegt dan zo nodig met uw behandelend arts van Gelre ziekenhuizen.