

## Kontaktid

Koduse hapnikravi õed nõustavad patsiente, korraldavad kodust hapnikravi, jälgivad ravil oleva patsiendi tervises seisundit ja hapnikravi efektiivsust. Vajadusel teevad koduvisiite üle Eesti.

Õe vastuvõtt toimub kopsukliinikus, Riia 167, kabinet 150, neljapäeviti 08.00–16.00. Vastuvõtule registreerimiseks helistage telefonil 5331 8035.

Tööpäevadel kell 08.00–16.00 saab õdedega ühendust telefonidel:

5331 8035 Helje Lomp

5331 9085 Kristin Palmipuu

Hapnikuaparatuuri rikete korral helistage telefonil 505 6824.

## KODUNE HAPNIKRAVI

*Koostaja: Helje Lomp  
11/2017*

## Kodune hapnikravi

Kodune hapnikravi määratakse patsientidele, kellel on raske hingamispuudulikkus ja on tekkinud lisahapniku vajadus. Ravi määramise eelduseks on mittesuitsetamine või suitsetamisest loobumine. Kodusele hapnikravile suunab patsiendi kopsuarst.

Kodusel hapnikravis kasutatakse hapnikukontsentraatoreid, kaasaskantavaid hapnikuballoone ja hapnikukontsentraator/tankereid (nendega saab kodustes tingimustes ise hapnikuballooni täita). Lisahapnikku hingatakse läbi ninakanüüli, suurema lisahapniku vajaduse korral kasutatakse maski. Parima ravitulemuse saavutamiseks peab lisahapnikku kasutama vähemalt 16 tundi ööpäevas.

## Ohutus

- Hapnikuaparatuuri läheduses ei tohi suitsetada ega lubada teistel suitsetada. Hapnik on põlemist soodustav gaas, mistõttu kaasneb hapnikuaparatuuri kasutamisega süttimisoht.
- Lisahapnikuga ei tohi läheneda lahtisele tulekoldele (küdev ahi, pliit, põlevad küünlad jne).
- Koos lisahapnikuga ei tohi nina limaskestast ning huulte pehmendamiseks kasutada õli baasil valmistatud kreeme või salve. Õli ja rasv on hapniku juuresolekul ohtlikud, sest võivad ise süttida ning plahvatusohtlikult põleda.
- Veenduge, et Teie eluruumides oleks töökorras suitsuandurid.
- Hoidke oma hapnikuballoone täidetuna juhuks, kui esineb elektrikatkestus.
- Ärge reguleerige lisahapniku pealevoolu ilma õelt nõu küsimata. See võib põhjustada süsihappegaasi kuhjumist või liigset hapnikutaset veres, mis omakorda kahjustavad tervist ja võivad viia teadvuse kaotuseni.
- Ärge liigtarvitage alkoholi ega rahustavaid/uinutavaid ravimeid, kuna see võib aeglustada Teie hingamist.

Helistage oma hapnikravi õele, kui Teil on:

- hingamine tavalisest kiirem/aeglasem, raskem või ebaregulaarsem,
- hommikune peavalu,
- sõrmed/huuled tavapärasemast sinakamad,
- tekkinud tavatu väsimus, segasus.

Vajadusel helistage kiirabisse (telefon 112) või pöörduge oma perearsti poole.

## Aparatuuri ja ninakanüüli/maski hooldamine

- Peske ninakanüüli/maski paar korda nädalas vee ja seebiga.
- Vahetage ninakanüül/mask uue vastu vähemalt korra kuus.
- Ärge laske hapnikuballoonidel kukkuda (purunemise oht).
- Puhastage korra nädalas hapnikukontsentraatori tolmufiltrit.
- Teipige sondi pehmendava materjaliga kui sond vajutab valusalt kõrvadele.
- Hapniku niisutuspadeli olemasolu korral kasutage selles destilleeritud vett. Peske pudel ja vahetage vett korra päevas.

## Korduma kippuvad küsimused

- Kas hapnikust tekib sõltuvus?

Ei teki sõltuvust. Teile on määratud lisahapnik, kuna Teie veres on hapnikutase liiga madal. Soovi korral võite katkestada lisahapniku hingamise.

- Kas pean kasutama lisahapnikku elu lõpuni?

Iga patsient on erinev ja pole teada kaua Te lisahapnikku vajate. Vereanalüüs arterist näitab, kas vajate rohkem või vähem lisahapnikku või saab hapnikravi lõpetada.

- Kas saan reisida, kui kasutan lisahapnikku?

Jah. Võtke varakult ühendust oma arsti ja hapnikravi õega, kes aitavad aparatuuri ja dokumentatsiooniga, mis on vajalikud hapnikuaparatuuri kasutamiseks lennukis ja lennufirmalt nõusoleku saamiseks.