

De 6e Longpuntbijeenkomst in 2018 was in Gorinchem en wel dinsdag 18 september. Bij de bijeenkomst in PoGo waren in totaal 23 personen.

Tina van de Koppel en Theodora Vastenborg (beide longverpleegkundigen van het Beatrixziekenhuis) namen het dagthema: **Inhaleren in de praktijk** voor hun rekening. Het spits werd afgebeten door Tina. Zij zou het gedeelte van voor de pauze presenteren waarna Theodora het gedeelte na de pauze voor haar rekening zou nemen.

De inhoud van de middag:

1. *Waarom/wanneer inhalatiemedicatie?*
2. *Wat is er allemaal?*
3. *Wat doet het?*
4. *Hoe moet het?*

Waarom/wanneer inhalatiemedicatie?

Inhalatiemedicatie wordt ingezet bij astma/COPD. Bij Astma (kan bij alle leeftijden voorkomen) geeft het verlichting bij periodieke ontstekingen. Te behandelen met ontstekingsremmers en indien nodig luchtwegverwijders. Bij COPD (op latere leeftijd) is er blijvende beschadiging aan de luchtwegen. Te behandelen met luchtwegverwijders en ontstekingsremmers. Het nut van inhalatiemedicatie bestaat er uit dat er een lagere dosis nodig is, werkt sneller dan een pil en geeft minder bijwerkingen.

Wat is er allemaal?

- a: Ontstekingsremmers.
- b: Luchtwegverwijders (kort)
- c: Luchtwegverwijders (lang)

Er zijn combinaties mogelijk. Nieuw is de combinatie: luchtwegverwijder/luchtwegverwijder en ontstekingsremmer in één!

Wat doet het?

Ontstekingsremmers remmen de ontsteking van het slijmvlies. Luchtwegverwijders werken bij kort 6 uur en bij lang 12-24 uur. De inhalatoren bevatten poeder of vloeistof. Elke inhalator heeft een eigen gebruiksaanwijzing. Dat is een van de redenen waarom nog steeds 75% het apparaat niet juist gebruikt.

Nog voor de pauze werd een quiz in de groep geslingerd. Met behulp van A/ja en B/nee papiertjes werd gekeken in hoeverre men inzicht in het longspectrum had.

Na de pauze nam Theodora het stokje over. Leer inhaleren!!

Hoe moet het?

Voorbeeld poederinhalatie. (Tina deed het voor)

1. Inhalator gebruiksklaar maken
2. Juiste houding
3. Uitademen NAAST het apparaat
4. Tandem op en lippen om het mondstuk
5. Rustig en zo lang mogelijk inademen
6. 5 tot 10 seconden adem inhouden.

Bij vloeistofapparaten zijn er twee mogelijkheden; rechtstreeks in de mond of via een voorzetskamer.

Inhaleren met een voorzetskamer:

- 1) Schudden
- 2) Plaats dosis-aerosol op voorzetskamer (spuit 1 pufje)
- 3) Tandem op en om het mondstuk
- 4) Vijf keer rustig in en uit ademen in de voorzetskamer
- 5) Bij meerdere pufjes opnieuw met stap 1 beginnen
- 6) Na gebruik mond spoelen

Aangegeven werd dat jaarlijks de voorzetskamer moet worden vervangen!

Op de tafel stonden 54 verschillende apparaten die allen op hun eigen wijze gebruikt dienen te worden.

Tot slot de **"take home message"**: met de volgende tips:

- ⇒ eerst de luchtwegverwijder en daarna de ontstekingsremmer
- ⇒ na inhaleren mond spoelen
- ⇒ juiste innametijden handhaven
- ⇒ hygiëne (schoonhouden apparatuur)
- ⇒ tellen/turven van de inhoud (het aantal overgebleven pufjes)

Het was een leerzame middag waarbij theorie en praktijk goed op elkaar waren afgesteld.

Voor meer informatie over inhalatoren en instructiefilmpjes

zie: www.inhalatorengebruik.nl .

Tina en Theodora gaven aan dat ze na de bijeenkomst nog bleven om eventuele, bij bezoekers levende, vragen één op één te beantwoorden!

Annemart bedankte de spreeksters, voor hun grondige en duidelijke uitleg en het beantwoorden van de vele vragen uit de zaal.