



Strijd mee
voor gezonde lucht
en gezonde longen

We zitten in maart van onze 6e jaargang. De eer was aan Leerdam deze keer, waar we 15 maart onze Longpunt bijeenkomst hielden.

De impressie.

Slechts 13 personen waren op de bijeenkomst afgekomen. De werkgroep samen met Mw. M. Bor (COPD-verpleegkundige Rivas) zorgde ervoor dat we met zijn achttien waren.

Longverpleegkundige Tina van de Koppel nam het woord. Ze kwam beslagen ten ijs omdat ze dit onderwerp reeds geoefend had tijdens de Longpuntbijeenkomst afgelopen maandag in Dordrecht. Jammer alleen dat de beamer het eerste kwartier niet meewerkte.

Het thema van de dag: **Ik ga op reis en ik neem mee?** werd onderverdeeld in:

- Goed voorbereid op reis
- Zuurstof
- Vernevelaar
- Checklist
- Wat zijn de (vakantie) ervaringen? (*van de aanwezigen*)

Grof gesteld bestaat goed voorbereid uit *proces, formulieren en apparaten*.

- Proces: wensen, waarheen, hoelang, vervoer, kosten.
- Formulieren: bespreek vooraf uw vakantieplannen met uw arts. vraag een vakantierecept voor medicatie en neem deze ook mee, medicatieoverzicht van apotheek, recente verklaring voor zuurstofgebruik, fit-to-fly verklaring van arts. (eventueel in het Engels t.b.v. douane en het buitenland)
- Apparaten: verschillende vliegmaatschappijen hebben verschillende eisen, wensen en regels voor apparatuur in het vliegtuig.

Houdt rekening met de omstandigheden van het te bezoeken land, de omgeving zoals:

- bergen
- strand
- heuvels
- luchtverontreiniging
- vervoer

Tips voor accommodatie: Let op:

- ❖ trappen
- ❖ drempels
- ❖ liften
- ❖ rookvrije ruimte
- ❖ airco (pas op met meer dan 8 graden verschil tussen binnen- en buitenlucht)
- ❖ tapijt
- ❖ schoonmaak, allergieën
- ❖ ziekenhuis in de buurt?
- ❖ is zuurstof mogelijk?

Zuurstof: In Nederland is vrijwel alles mogelijk aan zuurstoffaciliteiten. Op reis hebben de verschillende organisaties hun eigen restricties die ze opleggen aan de passagier. Dus zorg dat u vooraf met uw arts de zaken op orde heeft. (zoals eerder beschreven bij formulieren) Er zijn zuurstofflessen met en zonder vliegtuig die aangeven dat u die wel of niet mag meenemen. Maar zelfs een ander merk dan de

uwe kan als eis gesteld worden. Het te verstrekken merk van zuurstof aan de klant is "zorgverlener" afhankelijk. Er zijn meerdere zuurstofaanbieders. Er is wel een vrije keuze maar daar wordt de klant niet op gewezen! zo bleek!

Hier kwam de vraag waarom reisbureaus huiverig en onvoorbereid zijn om longpatiënten te vervoeren en eigenlijk geen reizen hierop aangepast aanbieden? Na een fikse discussie hieromtrent vond de zaal het vreemd dat Longfonds zich niet inzet voor vakantie-reizen waarbij op cruises of vliegvakanties faciliteiten en mogelijkheden zijn voor longpatiënten.

Tina ging na de pauze verder met medicatie. Wat gaat mee: pillen, inhalatie apparatuur, medicatiepaspoort. Verdeel de medicatie over uw bagage en ook in de handbagage maar pas op voor te grote temperatuurverschillen. Boven de 25 graden gaat de werking achteruit.
Vernevelaar: deze is niet expliciet besproken maar kwam door de hele presentatie vanuit verschillende invalshoeken steeds weer ter sprake.
Checklist: zorg voor een goed draaiboek: papieren, recepten, pakbonnen(?), apparatuur, fit-to-fly verklaring in het Engels.

Er komt bij een vakantie voor longpatiënten zoveel meer kijken dan men op het eerste gezicht zou zeggen, dat het jammer is dat de opkomst niet zo groot was.
Wees goed verzekerd (zorg en reisverzekering), alarmnummer verzekering, douaneverklaring voor apparaten, naam/telefoonnummer van arts. Maar bovenal: Ga vooral uitgerust op vakantie!

Bij wat zijn de ervaringen bleken dat er velen te zijn. Want ook de wet WMO geeft de patiënt en zijn/haar 'mantelzorger' meerdere mogelijkheden. Deze zijn helaas Gemeente gebonden, zo bleek tijdens het uitdiepen van de wensen/mogelijkheden. Dit bracht een fascinerende discussie teweeg.

Marieke bedankte namens de werkgroep Tina voor een prima en inspirerende presentatie.

Tevens volgde nog de uitnodiging voor de volgende Longpuntbijeenkomst met het thema:

De dokter kan niets meer voor me doen! Wat nu?

Locatie: PoGo – Podium Gorinchem, Grote Haarsekade 120, 4205 VL Gorinchem

Datum: dinsdag 17 april

Tijd: van 14.00 uur tot 16.00 uur. De zaal is open vanaf 13.30 uur.

Gratis deelname en aanmelden is niet nodig!

Wij verzoeken u om tijdens deze bijeenkomsten geen geurtjes te gebruiken.