



Begrijpelijke voorlichting met animatievideo's

Dit is de papieren versie van digitale voorlichting met animatievideo's.

Scan de QR-code met de camera van een telefoon, klik op de link en bekijk de voorlichting.

Uw ziektebeeld

Bekijk hieronder informatie over uw ziektebeeld

COPD



Animatievideo

Deze tekst hoort bij een animatievideo. Scan de QR-code met de camera van een telefoon, klik op de link en bekijk de video.

Uitgesproken tekst van de video

COPD is een afkorting van Chronic Obstructive Pulmonary Disease.

Een ziekte van de longen.

COPD wordt ook wel chronische bronchitis of emfyseem genoemd.

In de volksmond wordt het ook wel 'de rek uit de longen' genoemd.

Onze longen bestaan uit luchtwegen en longblaasjes.

Je kunt deze vergelijken met de takken en de bladeren van een boom.

Bij de ziekte COPD heeft jouw boom vernauwde takken en weinig groene bladeren over.

Je boom werkt niet goed meer.

Je longen zijn dus ziek en genezen niet meer.

Doordat je longen ziek zijn, kunnen er klachten ontstaan.

De vernauwde luchtwegen maken ademen zwaarder.

Als je veel longblaasjes mist, neemt je lichaam minder zuurstof op.

Door COPD wordt je kortademig of benauwd.

Je bent vaker moe en je kunt je minder goed inspannen.

Je luchtwegen zijn vernauwd door irritatie en ontsteking.

Door de ontsteking wordt er meer slijm aangemaakt.

Dit slijm prikkelt je luchtwegen, waardoor je vaker hoest.

Deze irritaties en ontstekingen ontstaan vaak bij mensen die in hun leven... veel schadelijke stoffen hebben ingeademd, zoals sigarettenrook... giftige dampen of andere schadelijke stoffen.

Als je COPD hebt of denkt te hebben, kun je terecht bij je arts om te onderzoeken hoe ernstig jouw longen beschadigd zijn.

Met een spirometrie kijkt de longarts hoe ernstig jouw luchtwegen vernauwd zijn... en door een diffusie onderzoek uit te voeren meet de arts hoe goed de longblaasjes nog werken.

In sommige gevallen kan de longarts besluiten om aanvullend onderzoek bij u uit te voeren.

COPD is een longziekte die niet meer over gaat. De afkorting COPD staat voor Chronic Obstructive Pulmonary Disease (Chronische Obstructieve Longziekte).

Heb ik COPD?

Het stellen van de diagnose



Uw longen onderzoeken met een spirometrie

Om er achter te komen of u COPD heeft, worden uw longen onderzocht. Het belangrijkste onderzoek is de spirometrie. Met een spirometrie meet de arts hoe ernstig uw luchtwegen vernauwd zijn.

Extra onderzoeken



U kunt ook extra onderzoeken krijgen zoals:

Een diffusie

Met een diffusie wordt gemeten hoe goed de longblaasjes werken.

Een bodybox

Met een bodybox wordt onder andere de totale hoeveelheid lucht in uw longen gemeten. Ook wordt er gemeten hoeveel lucht er achterblijft na het uitademen.

Een X-thorax

Een X-thorax is een röntgenfoto van de longen. Deze foto laat zien of uw longen er normaal uitzien of

dat er afwijkingen te zien zijn.

Een fietstest

Met een fietstest moet u zich maximaal inspannen. Tijdens de inspanning wordt er gekeken naar hoe uw lichaam presteert.

Medicijnen

COPD is een ziekte die niet meer over gaat. Wel zijn er manieren om uw klachten minder te laten worden.

Pufjes (medicijnen om in te ademen)



Deze medicijnen komen via een inhalator (ook wel een puffer genoemd) rechtstreeks in de luchtwegen terecht om daar hun werk te doen. Pufjes zijn onder te verdelen in twee groepen:

Luchtwegverruimers

Deze medicijnen proberen de luchtwegen zo ruim mogelijk te maken. Het doel van deze medicijnen is om minder benauwd en kortademig te zijn.

Ontstekingsremmers

Sommige mensen met COPD hebben een ontsteking in de longen. Ontstekingsremmers proberen deze ontsteking te verminderen. Deze medicijnen zijn voor een klein deel van de mensen met COPD nodig. Met name bij mensen met veel longaanvallen in combinatie met ernstige luchtwegvernauwing

Grieprik



Met een grieprik voorkomt u de griep (ook wel influenza genoemd) of vermindert u griepklachten.

Andere medicijnen bij COPD

Antibioticum

Een antibioticumkuur kan bij een longaanval worden gegeven om bacteriën te doden.



Prednison

Prednison kan irritaties en ontstekingen remmen

Antibioticum voor een langere periode

Door een langere tijd antibioticum te gebruiken (enkele weken of maanden en soms zelfs het hele jaar) kunnen longaanvallen worden verminderd.

Slijmoplossers

Met slijmoplossers wordt het slijm in de luchtwegen vloeibaarder gemaakt om longaanvallen te verminderen. Deze medicijnen zijn slechts bij een klein deel van de mensen met COPD nodig.

Behandelen

COPD is een ziekte die niet meer over gaat. Wel zijn er manieren om uw klachten minder te laten worden.

Andere behandelingen van COPD



Revalidatie

Het doel van revalidatie is om het lichaam in een zo goed mogelijke conditie brengen. Bewegen is hierbij belangrijk. Door meer te bewegen krijgt u een betere conditie en meer energie.

De longen zelf zijn niet door trainingen te verbeteren.

Voorlichting over COPD

Door de ziekte COPD beter te begrijpen leert u wat de ziekte voor u betekent en wat u wel en niet kunt. Er zijn verschillende tools die u hierbij kunnen helpen zoals het *Longanval Actie Plan*.

Voeding

Als u COPD heeft, kunt u overgewicht of ondergewicht hebben. Goed en gezond eten is erg belangrijk. Het lichaam heeft gevarieerde en voldoende voedsel nodig. Een diëtist kan u hierbij helpen.

Zuurstof

Mensen die door COPD een laag zuurstofgehalte in het bloed hebben, kunnen extra zuurstof krijgen van hun arts.

Morfine

Morfine kan helpen bij mensen die veel last hebben van kortademigheid of benauwdheid.

Interventies

Interventies zijn (kleine) ingrepen of operaties aan de luchtwegen en longblaasjes

Advance care planning

Het doel van advance care planning is om samen met zorgverleners de toekomstverwachtingen te bepreken en plannen te maken.

Algemene adviezen bij COPD

COPD is een ziekte die niet meer over gaat. Wel zijn er manieren om uw klachten minder te laten worden.



Stop met roken

De stoffen die u inademt via de sigaretten beschadigen de luchtwegen en longblaasjes.

Bewegen



Bewegen en een goede conditie is voor iedereen goed.

Het juiste gewicht



Overgewicht (te zwaar) of ondergewicht (te licht) is voor niemand goed. Eet goed en gezond en zorg voor gevarieerde voeding.

Een diëtist kan u helpen met het kiezen van de juiste voeding

Verdiepende informatie

Meer informatie over uw onderzoek of behandeling

Het ademhalingsstelsel (Respiratoir systeem)



Animatievideo

Deze tekst hoort bij een animatievideo. Scan de QR-code met de camera van een telefoon, klik op de link en bekijk de video.

Uitgesproken tekst van de video

Ons ademhalingsstelsel ook wel het respiratoire systeem genoemd, bestaat uit verschillende onderdelen:

We onderscheiden de bovenste luchtwegen: de neus, mondholte en keelholte

...en de onderste luchtwegen: de grote en kleine luchtwegen en de longblaasjes.

Deze vormen samen de rechter- en linkerlong.

De longen bevinden zich in de borstkas die aan de binnenkant met het borstvlies bekleed is.

Ook om onze longen bevindt zich een vlies, het longvlies.

Dit vlies verdeelt onze linkerlong in 2 en de rechterlong in 3 kwabben.

Tussen het borst- en longvlies bevindt zich een vacuüm.

Onze longen hebben een spons-achtige structuur.

Dit komt door de grote hoeveelheid longblaasjes, ook wel de alveoli genoemd.

De longblaasjes worden omgeven door een netwerk van dunne bloedvaatjes: de haarvaten van de long.

Onder onze longen bevindt zich het middenrif.

Dit is een belangrijke spier met peesplaat die de longen en de buik van elkaar scheidt.

Als we inademen trekt ons middenrif, naar beneden en gaat de ribbenkast omhoog en naar buiten.

Inademen is een actief proces.

Door het vacuüm tussen het borstvlies en het longvlies beweegt de long met de ribbenkast mee naar buiten...

...en met het middenrif mee naar beneden, waardoor de inhoud van de long toeneemt.

Door de toenemende inhoud ontstaat er een onderdruk in de longen...

...waardoor er verse lucht, met daarin zuurstof, gaat stromen door de bovenste luchtwegen, richting de longblaasjes.

In deze longblaasjes vindt de gas-wisseling plaats.

De ingeademde zuurstof wordt via de longblaasjes afgegeven aan het bloed en naar onze organen getransporteerd.

Het afvalgas dat onze organen produceren, koolzuur, wordt door ons bloed...
...naar de longen gebracht om via de longblaasjes en de luchtwegen uitgeademd te worden.
Tijdens het uitademen ontspant ons middenrif en komt deze omhoog.
De ribbenkast zakt weer naar beneden waardoor de inhoud van de borst afneemt...
...en er een overdruk in de longen ontstaat.
Door deze overdruk gaat er lucht stromen vanuit de longblaasjes richting de mond en de neus.
Uitademen is een passief proces.

Bekijk de bovenstaande animatie om te zien hoe ons ademhalingsstelsel werkt.

Juist gebruiken van uw inhalator



Wilt u zeker weten of u uw inhalator goed gebruikt?
Kijk hiervoor op inhalatorgebruik.nl (<https://inhalatorgebruik.nl>).

Meer weten over COPD?



Lees op [de website van het Longfonds](https://www.longfonds.nl/copd/alles-over-copd/wat-is-copd) (<https://www.longfonds.nl/copd/alles-over-copd/wat-is-copd>) meer over COPD.