

Naam: \_\_\_\_\_

Geboortedatum: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

Telefoonnummer(s): \_\_\_\_\_

Hoofdbehandelaar:  huisarts  longarts

## Longaanval actieplan COPD / ASTMA

### Als ik mij goed voel dan,

Ben ik kortademig als ik \_\_\_\_\_

Geef ik dagelijks slijm op:

Nee  Ja, de kleur is dan \_\_\_\_\_

Hoest ik regelmatig:

Nee  Ja

Kan ik mijn dagelijkse bezigheden uitvoeren

Nee  Ja

Kan ik helder nadenken

Nee  Ja

### Mijn beweeg- en voedingspatroon

Ik ga naar de fysiotherapie

Nee  Ja, namelijk op \_\_\_\_\_

Ik gebruik bijvoeding:

Nee  Ja

### Ik gebruik zuurstof

Nee  Ja, \_\_\_\_\_ liter / minuut, \_\_\_\_\_ uur per dag

### Ik gebruik standaard de volgende inhalatiemedicatie

Langwerkende luchtwegverwijder(s)

\_\_\_\_\_ x per dag \_\_\_\_\_ inhalatie(s)

\_\_\_\_\_ x per dag \_\_\_\_\_ inhalatie(s)

Kortwerkende luchtwegverwijder(s)

\_\_\_\_\_ x per dag \_\_\_\_\_ inhalatie(s)

Ontstekingsremmer(s)

\_\_\_\_\_ x per dag \_\_\_\_\_ inhalatie(s)

Luchtwegverwijder met ontstekingsremmer

\_\_\_\_\_ x per dag \_\_\_\_\_ inhalatie(s)

Slijmoplossende medicatie / overig

\_\_\_\_\_ x per dag \_\_\_\_\_

Onderhoudsantibioticum

\_\_\_\_\_ x per dag/week \_\_\_\_\_ tablet

Prednison onderhoudsdosering

\_\_\_\_\_ x per dag/week \_\_\_\_\_ tablet

### Ik voel me minder goed

Ik heb last van de volgende klachten:

1 toename van kortademigheid

2 toename van hoest en / of slijm

3 \_\_\_\_\_

### Als ik mij minder goed voel dan

Neem ik de volgende (inhalatie)medicatie extra in (gedurende 2-3 weken):

1 \_\_\_\_\_

2 \_\_\_\_\_

3 \_\_\_\_\_

### Bij toename van kortademigheid

langzaam en dieper uitademen

met getuite lippen uitademen

buikademhaling ondersteunen dmv aanspannen buikspieren

### Bij toename van hoesten en/of slijm ophoesten

diep uitademen met getuite lippen

huffen (geforceerd diep uitademen om slijm los te krijgen)

slijm loskrijgen mbv PEP-therapie

neem houding aan waarin je slijm het makkelijkste kan ophoesten

### Na 2 dagen in de gele zone voel ik mij nog steeds niet goed

Ik zit langer dan 2 dagen in de gele zone, of heb last van:

- ophoesten van bloed
- piepende, hoorbare ademhaling
- koorts boven 38,5 graden
- helemaal niet in staat activiteiten uit te voeren

huisarts

ziekenhuis

### Neem contact op met uw huisarts en maak een afspraak

- Binnen kantooruren telefoonnummer \_\_\_\_\_
- Buiten kantooruren bel ik naar de huisartsenpost, telefoonnummer 0900 - 333 6 333

Ik vertel dat ik in de oranje zone van mijn longaanvalactieplan zit.

### Neem contact op met de poli longgeneeskunde Isala

- Binnen kantooruren telefoonnummer \_\_\_\_\_
- Buiten kantooruren bel ik naar de huisartsenpost, telefoonnummer 0900 - 333 6 333

### Ik maak gebruik van Zorg op afstand bij COPD

- niet van toepassing
- ja, vul uw vragenlijst in op uw mobiele apparaat. Bij een verhoogde score\* neemt de poli longgeneeskunde de eerstvolgende beeldbeldag contact met u op.

*\*0.4 punten hoger dan de vorige meting of overschrijding van de drempelwaarde*

### Mijn situatie is bedreigend

Ik heb last van 1 of meer van de volgende klachten:

- Ik voel mij erg kortademig, ook in rust
- Pijn op de borst klachten
- Verward, zeer vergeetachtig
- Suf of duizelig (het gevoel flauw te vallen)

### Bel 112

Geef aan dat het om een levensbedreigende situatie gaat en vertel dat u bekend bent met een longaandoening

### Contactgegevens betrokken zorgverleners

Zorgverlener	Naam	Telefoonnummer
Huisarts		
Longarts		
POH/longverpleegkundige		
Verpleegkundig specialist		
Fysiotherapeut		
Diëtist		
Mantelzorger		