

Kedves Betegünk!

Örülünk, hogy az állapota javult annyit, hogy hazatérhet. A sürgősségin munkatársaink segítettek megnyitni a légutakat és csökkenteni a gyulladást, ami a nehézlégzését okozta. A COPD (krónikus obstruktív tüdőbetegség) azonban folyamatos odafigyelést igényel, különösen egy ilyen fellángolás után, hogy elkerülje az újabb fulladást és a kórházi visszatérést.

Kérjük, hallgassa meg a legfontosabb teendőket.

☐ Mire figyeljen otthon a biztonsága érdekében?

A cél most a tüdő kímélete és a légzés stabilizálása:

- Gyógyszerek és inhalátorok: A felírt hörgőtágítókat és gyulladáscsökkentőket pontosan az előírás szerint használja! Akkor is alkalmazza az inhalátorát, ha éppen könnyebben kap levegőt. Ha kapott szteroid tablettát vagy antibiotikumot, azt az utolsó szemig szedje be!
- A dohányzás teljes mellőzése: Ez a legnehezebb, de a legfontosabb lépés. A füst közvetlenül károsítja a már gyulladt légutakat. Ha most nem tudja letenni, legalább a lakásban és az Ön környezetében senki ne gyújtson rá.
- Párásítás és levegő: Kerülje az erős illatú tisztítószeret, parfümöt vagy a hideg, száraz levegőt, mert ezek görcsös köhögést válthatnak ki.
- Folyadékpótlás: Igyon elég vizet! Ez segít feloldani a tüdőben lévő váladékot, így könnyebb lesz felköhögni azt.

☐ Hogyan tovább?

A sürgősségi ellátás csak a pillanatnyi fulladást szüntette meg, a hosszú távú gondozás most következik:

1. Háziorvos: 1-2 munkanapon belül jelentkezzen nála a zárójelentéssel! Ő fogja

ellenőrizni az állapotát és felírni a tartósan szedendő gyógyszereit.

2. Tüdőgyógyászat: Pontosán jelenjen meg a kontrollvizsgálaton. Szükség lehet légzésfunkciós vizsgálatra, hogy lássuk, mennyire sikerült rendezni a légutak állapotát.
3. Légzőtorna: Ha tanítottunk Önnek légzőgyakorlatokat (például a „csücsörítő” kilégzést), végezze el őket naponta többször is, ez segít kiüríteni a tüdőből a bennrekedt levegőt.

△ Mikor kell azonnal mentőt hívni (112)?

Azonnal kérjen segítséget, ha az alábbi „vészjelzéseket” tapasztalja:

- Ha a nehézlégzése nyugalomban is fokozódik, és az inhalátor használatára sem javul.
- Ha a körme vagy az ajka elkékül.
- Ha zavartságot, szokatlan aluszékonyságot vagy fejfájást tapasztal (ez a szén-dioxid felhalmozódásának jele lehet).
- Ha a köhögés mellé mellkasi fájdalom vagy magas láz társul.

Vigyázzon magára, pihenjen sokat, és adjon időt a tüdejének a regenerálódásra!

[Vissza az előző oldalra](#)

[Vissza a tünetekhez](#)

[Főoldal](#)

[Nyomtatás](#)