

Kotihappihoito

Sinulle on aloitettu kotihappihoito pitkäaikaisen hapenpuutteen takia. Lisähapen tarve on todettu valtimoverinäytteellä ja happihoito aloitettu lääkärin määräyksestä. Happihoito voi pidentää elinaikaa, parantaa vireyttä ja toimintakykyä, sekä vähentää sydämen kuormitusta. Happihoito ei aina auta hengenahdistukseen eikä sitä käytetä pelkästään ahdistuksen lievittämiseksi.

Edellä mainittujen hyötyjen saavuttamiseksi happea tulee käyttää vähintään 16 tuntia vuorokaudessa, ellei toisin ohjeisteta. Käytä aina lääkärin määräämää happivirtausta, koska hapen yliannostus voi olla haitallista ja toisaalta riittämätön virtaus vähentää hapestaa saatuja hyötyjä. Lisähapen käytöstä huolimatta kannattaa pyrkiä aktiiviseen elämään. Yritä liikkua voimien sallimissa rajoissa mahdollisimman paljon kodin ulkopuolella tai muuten ylläpitämään fyysistä kuntoasi. Liikkumahappea kannattaa käyttää kodin ulkopuolella, jos et pysty liikkumaan ilman lisähappea.

Happirikastin on sähkökäyttöinen laite, joka tuottaa happea huoneilmasta.

Paloturvallisuusasiat on otettava tarkoin huomioon happea käytettäessä.

Happi ei ole itsestään syttyvää, mutta se nopeuttaa palamista ja ylläpitää sitä. Happihoidon aikana happea kertyy esimerkiksi hiuksiin, partaan ja vaatteisiin.

- Tupakointi ja avotulen teko (kuten kynttilät, takka, kaasuhella) on kielletty. Myös kuuma rasva ja öljy yhdessä hapen kanssa aiheuttavat tulipalovaaran
- Noudata varovaisuutta käyttäessäsi sähkölaitteita (esim. leivänpaahdinten hehkulangat). Happirikastimen kanssa ei saa käyttää jatkojohtoa kipinävaaran vuoksi
- Laite sijoitetaan tilavaan, kuivaan ja pölyttömään paikkaan, eikä sitä saa peittää
- Laitetta ei saa sijoittaa lämpöpatterin tai ilmankostuttimen lähelle, kosteisiin tiloihin (kylpyhuone, sauna, wc), ahtaisiin tiloihin (kaappi, varasto) tai kylmiin tiloihin (parveke, veranta)

Nenän hoito on tärkeää, sillä happi kuivattaa nenän limakalvoja, mikä voi aiheuttaa mm. tukkoisuutta, vesinuhaa tai nenäverenvuotoa. Käytä kostutussuihkeita sierainten hoidossa aamuin illoin. Vesipohjaiset tuotteet pehmentävät kuivunutta eritettä, öljypohjaiset tuotteet voitelevat ja suojaavat nenän limakalvoja kuivumiselta. Myös tavallinen ruokaöljy käy nenän ja suun limakalvojen voiteluun.

Happirikastimen käytön aloittaminen

- liitä laitteen virtajohto pistokkeeseen
- liitä happiviikset happiliitântään (**punainen nuoli**)
- kytke rikastin päälle virtanapista (**sininen nuoli**)
- säädä happivirtaus lääkärin määräämälle tasolle kiertämällä säätönuppia (**keltainen nuoli**)



Esim.asetus 2l/min



Hapen tarpeesi tarkastetaan **kontrollikäynneillä**, ota rikastin mukaan näille käynneille. Tarpeen mukaan hoitaja voi tehdä myös kotikäynnin luoksesi. Jos hengenahdistus lisääntyy tai vointisi muuten huononee seurantakäyntien välillä, hakeudu päivystävälle lääkärille tai muulle kiireelliselle ajalle omalle terveysasemallesi. Jos oireiden pahentuminen on lievää eikä kiireellistä avun tarvetta ole, voit ottaa yhteyttä myös hengitysvajepoliklinikalle.

Voit hankkia **omakustanteisen liikkumishapen** ulkona liikkumisen, matkustamisen ja kuntoutuksen tueksi sekä sähkökatkosten ja rikastimen toimintahäiriöiden varalle. Nestehappilaitteistot, lääkkeellisen hapen kaasupullot tai matkahappirikastimen toimittaa Linde Oy ja Woikoski Oy. Tilausta varten tarvitset reseptin lääkäriltä, hoitajat antavat lisätietoja ja auttavat ensimmäisen tilauksen tekemisessä.



Happirikastimen säännöllinen huoltaminen pitää rikastimen toimintakunnossa ja hengitettävän hapen laadukkaana. Sammuta happirikastin huollon ajaksi.

- **Kerran viikossa** irrota happirikastimen takana oleva musta pölysuodatin kotelostaan (katso kuva alla), pese se vedellä ja astianpesuaineella, huuhtelee ja jätä kuivumaan huoneilmaan. Vaihda happirikastimeen paikoilleen puhdas, kuiva suodatin. Uusia suodattimia saat hoitavasta yksiköstä



- Vaihda happiviikset uusiin kahden viikon välein, pitkä happiletku ja liitin ½ vuoden välein. Nämä tarvikkeet saat [hoitotarvikejakelusta](https://palse.fi): palse.fi tai p. 014 266 2030, ma-pe 9.00.-14.00.
- Pyyhi happirikastin pölystä nihkeällä liinalla aina tarvittaessa
- Happirikastin vaihdetaan uuteen kerran vuodessa kontrollin yhteydessä

Jos happirikastin hälyttää, tarkista että:

- virtajohto on seinässä
 - happivirtaus on määrättyllä tasolla
 - happiletkut ovat suorassa
- ➔ Kytke laite pois päältä, odota 5min ja kytke takaisin päälle. Jos happirikastin yhä hälyttää, ota yhteys keuhkosairauksien poliklinikalle tai päivystysaikana sisätautien sairaansijoille.

Ma-Pe klo. 8-12
Muina aikoina

Hengitysvajepoliklinikka
Sisätautien sairaansijat

014 269 2353
014 269 1011

Tarpeeton laite on palautettava hoitoyksikköön.