

## 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 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. leivänpaahtimen 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)

### Happirikastimen käytön aloittaminen

- Liitä laitteen virtajohto pistokkeeseen
- Liitä happiviikset happiliitännään
- Kytke rikastin päälle virtanapista
- Säädä happivirtaus lääkärin määräämälle tasolle kiertämällä säätönuppia



### Esim.asetus 2l/min



**Happirikastimen säännöllinen huoltaminen** pitää rikastimen toimintakunnossa ja hengitettävän hapen laadukkaana.

- **Happiviikset** vaihdetaan puhtaisiin kahden viikon välein. **10 metrin happiletku ja letkuja yhdistävä liitin** vaihdetaan uuteen puolen vuoden välein. Nämä tarvikkeet saat hoitotarvikejakelusta.
- Happirikastin ja pitkä happiletku pyyhitään pölystä ja liasta aina tarvittaessa.
- Rikastimen **pölysuodatin** vaihdetaan puhtaaseen suodattimeen kerran viikossa. Käytetty pölysuodatin pestään miedolla pesuainevedellä, huuhdellaan ja kuivataan. Suodattimen voi pesun sijaan myös imuroida. Uusia pölysuodattimia saat tarvittaessa hoitavasta yksiköstä.
- Happirikastimet huolletaan säännöllisesti kerran vuodessa erikoissairaanhoidon lääkintälaittehuollossa.

**Nenän hoito** on tärkeää, sillä happi kuivattaa nenän limakalvoja. Käytä kostutussuihkeita sierainten hoidossa aamuin illoin. Vesipohjaiset tuotteet pehmentävät kuivunutta eritettä, öljypohjaiset tuotteet voitelevat ja suojaavat nenän limakalvoja kuivumiselta. Myös tavallinen ruokaöljy käy voiteluun.

Hapen tarpeesi tarkastetaan **kontrollikäynneillä**. Ota rikastin mukaan näille käynneille. Tarpeen mukaan hoitaja voi tehdä myös kotikäynnin luoksesi. **Jos hengenahdistus lisääntyy tai voitisi 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 keuhkosairauksien poliklinikalle.

Voit hankkia **omakustanteisen liikkumishapen** ulkona liikkumisen, matkustamisen ja kuntoutuksen tueksi sekä sähkökatkosten ja rikastimen toimintahäiriöiden varalle. Nestemäistä lääkehappea, lääkehappipulloja tai matkahappirikastimen toimittavat Linde Oy ja Woikoski Oy. Tilausta varten tarvitset reseptin lääkäriltä, hoitajat antavat lisätietoja ja auttavat ensimmäisen tilauksen tekemisessä.

**Rikastimen rikkoutuessa** ota yhteys keuhkopoliklinikalle tai päivystysaikaan sisätautien sairaansijoille. Jos et kykene hakemaan uutta rikastinta rikkoutuneen tilalle, lähetämme sen taksilla kotiisi. **Tarpeeton laite on palautettava hoitoyksikköön.**

### Yhteydenotot

**Ma-To klo. 8-13, Pe klo. 8-12**  
**Muina aikoina**

**Keuhkosairauksien poliklinikka**  
**Sisätautien sairaansijat**

**014 269 2353**  
**014 269 1011**