



Patienten-Rat: Nr. 2 Sauerstoff-Langzeittherapie

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

wir haben festgestellt, dass der Sauerstoffgehalt in Ihrem Blut erniedrigt ist und haben daher eine Sauerstoffbehandlung eingeleitet. Damit diese Therapie zu Hause fortgesetzt werden kann, haben wir Ihnen ein Sauerstoffgerät verordnet.

Warum überhaupt Sauerstofftherapie?

In den 70er Jahren hat man nachweisen können, dass eine regelmäßige Sauerstofftherapie bei Patienten, bei denen der Sauerstoffgehalt im Blut hochgradig vermindert ist, das Herz schützt und die Lebenserwartung verlängert. Daher verordnen wir entsprechend international anerkannten Leitlinien eine Sauerstofflangzeittherapie, sobald der Sauerstoff im Blut dauerhaft kritisch erniedrigt ist. Allerdings muss der Sauerstoff ganz regelmäßig genommen werden:

Die Untersuchungen aus den 70er Jahren zeigten, dass das Herz nur dann geschützt ist, wenn der Sauerstoff über mindestens 16 Stunden am Tag zugeführt wird. Auf den ersten Blick scheint das eine lange Zeit zu sein. Wenn man aber bedenkt, dass mit der Nacht schon 8 Stunden abgedeckt sind, so wird klar, dass man tagsüber natürlich noch stundenweise ohne Sauerstoff sein darf. Allerdings gilt die Regel: Je länger am Sauerstoff, desto besser.

Viele Patienten empfinden eine spürbare Linderung ihrer Luftnot, wenn Sauerstoff gegeben wird. Bei anderen Patienten wirkt sich die Sauerstoffgabe jedoch nicht auf Atembeschwerden und Allgemeinbefinden aus. Trotzdem gilt hier: Die Sauerstoffgabe ist notwendig, um das Herz zu schützen und muss regelmäßig über mindestens 16 Stunden am Tag durchgeführt werden.

Welche Sauerstoffgeräte werden verordnet?

Normalerweise wird die Sauerstofflangzeittherapie mit einem Sauerstoffkonzentrator durchgeführt. Sauerstoffkonzentratoren reichern den Sauerstoff aus der Raumluft an und müssen am Stromnetz betrieben werden. Sie sind etwas sperrig und erzeugen einen Geräuschpegel. Eine Sauerstofftherapie ist generell teuer; Sauerstoffkonzentratoren sind aber die preiswerteste Möglichkeit, einen Patienten mit Sauerstoff zu behandeln.

Eine andere Möglichkeit, eine Sauerstofftherapie durchzuführen, ist die Gabe von Flüssigsauerstoff, der in einem Tank ins Haus geliefert wird. Flüssigsauerstoff ist sehr viel teurer. Der Tank muss in regelmäßigen Abständen durch die Lieferfirma nachgefüllt werden. Allerdings kann ein Flüssigsauerstoffsystem höhere Sauerstoffkonzentrationen liefern, so dass Patienten, bei denen die Sauerstoffgabe über einen Konzentrator nicht ausreicht, auf ein Flüssigsauerstoffsystem angewiesen sind. Außerdem kann an dem großen Sauerstofftank ein kleiner „Baby“-Tank befüllt werden, den man bequem beim Spazieren oder Einkaufen mit sich führen kann.

Bei Patienten, die mobil sein möchten und dabei auf Sauerstoff angewiesen sind, wird alternativ auch häufig eine separate kleine Sauerstoffflasche mit Sparventil verordnet, die auf einem kleinen „Caddy“ den Patienten überall hin begleiten kann.

Nach Prüfung aller Kriterien entscheiden wir uns mit Ihnen zusammen für das geeignete und für Sie beste Verfahren.

Tipps und Tricks bei der Sauerstofftherapie

- Da Konzentratoren einen Geräuschpegel erzeugen, stellt man sie am besten auf eine Dämmplatte, die man im Baumarkt (beispielsweise für Waschmaschinen) erwerben kann. Außerdem ist es ratsam (nicht nur wegen des Geräuschpegels), das Gerät zentral in der Mitte der Wohnung auf dem Flur zu stationieren, da man dann mit einem nicht allzu langen Schlauch alle Zimmer erreicht. Der Sauerstoffschlauch darf bis zu 17 m lang sein.
- Sauerstoff ist brennbar. Daher auf gar keinen Fall während der Sauerstofftherapie rauchen (dass Rauchen ohnehin gesundheitsschädlich ist, bedarf hier eigentlich keiner weiteren Erwähnung!). Bitte keine Kerzen oder Feuerzeuge ausblasen, wenn Sie Sauerstoff atmen! Es kann zu Stichflammen kommen.
- Der Sauerstoff sollte angefeuchtet sein, damit die Nasenschleimhäute nicht austrocknen. Das Wasser im Wasserbehälter des Konzentrators sollte täglich gewechselt werden: Das alte Wasser wird weggeschüttet, der Behälter gründlich ausgespült und abgetrocknet. Anschließend wird steriles Wasser bis zur 100 ml - Markierung nachgefüllt.
- Wenn sich Kondenswasser in den Schläuchen sammelt, müssen die Schläuche mit Sauerstoff vom Gerät ausgeblasen werden. In den Kondenswassertropfen können sich sonst Bakterien anreichern.

- Jede Woche muss der Staubfilter auf der Rückseite des Gerätes herausgenommen und unter handwarmen, laufendem Wasser (ohne Zusätze) gereinigt werden. Danach trocknen lassen und wieder einsetzen.
- Alle 4 Wochen müssen die Schläuche (Nasenbrille, Verlängerungsschlauch und Verbindungsstück) ausgetauscht und durch neue ersetzt werden!
- Alle 4 Wochen muss der Wasserbehälter auseinandergeschraubt und 5 Minuten lang in kochendem Wasser eingelegt werden. Achtung: Bei einigen Sauerstoffkonzentratoren darf der Wasserbehälter nicht ausgekocht werden. Bitte Betriebsanleitung sorgfältig lesen oder Lieferfirma ansprechen!
- Bei der Urlaubsplanung sollten Sie sich rechtzeitig erkundigen, wie Sie am Urlaubsort mit Sauerstoff versorgt werden können. Auskünfte erhält man beim Reisebüro. Die „Gefahrgutverordnung – Straße“ erlaubt, im Kraftfahrzeug Sauerstoffbehälter für den privaten Gebrauch mitzuführen und während der Fahrt zu benutzen. Die Höchstmenge Sauerstoff, die mitgeführt werden darf, beträgt 450 Liter. Bei Flugreisen müssen Sie vorab mit der Fluggesellschaft klären, ob und wie eine Sauerstoffversorgung an Bord möglich ist. Allerdings ist anzumerken, dass Menschen, die schon bei leichter körperlicher Anstrengung Luftnot haben, Flugreisen nach Möglichkeit vermeiden sollten.
- Wartung des Gerätes: Geschieht durch die Lieferfirma. Normalerweise setzt sich die Firma rechtzeitig mit Ihnen in Verbindung. Auf dem Gerät sind Anschrift und Telefonnummer der Lieferfirma vermerkt.



Sauerstoff ist ein brennbares Gas! Jeglicher Umgang mit offenem Feuer muss daher unter Anwendung einer Sauerstofflangzeittherapie streng und strikt vermieden werden. So darf die Sauerstofflangzeittherapie z. B. nicht angewendet werden, wenn mit brennenden Kerzen hantiert wird, am offenen Kamin oder Ofenfeuer oder mit Feuerzeugen oder Streichhölzern. Insbesondere muss auch das Rauchen unter laufender Sauerstofflangzeittherapie in jedem Fall vermieden werden, da ja hierbei immer Feuergefahr besteht. Wird entgegen dieser Warnung bei einer Sauerstofflangzeittherapie der Sauerstoff im Bereich der Nasensonde oder des zuführenden Schlauches oder gar des Gerätes selber entzündet, kann es zu lebensbedrohlichen Explosionen kommen.