



Patiënteninformatie Lage luchtweginfecties

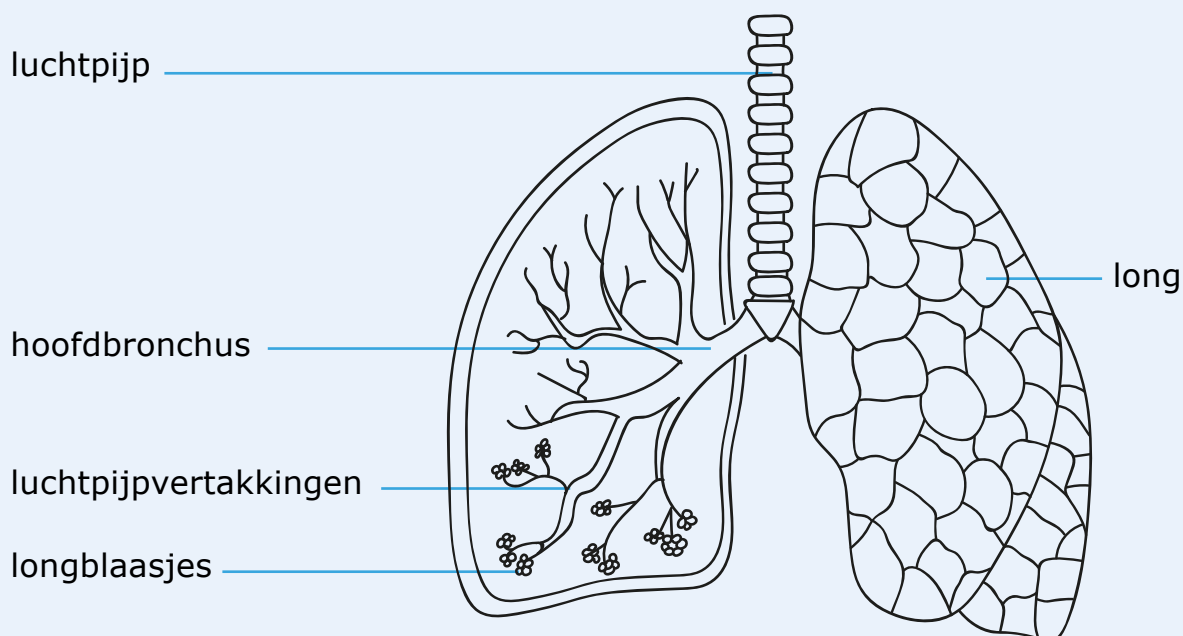
Een lage luchtweginfectie is een ontsteking van het onderste deel van de luchtwegen en kan u erg ziek maken.

In deze folder vindt u informatie over de klachten, oorzaken en behandeling en wat u hier zelf aan kan doen.

Heeft u nog vragen? Stel deze gerust aan uw behandelend arts of aan een verzorgende of verpleegkundige.

Wat is een lage luchtweginfectie?

Onze luchtwegen bestaan uit de mond, neus, keel, luchtpijp, vertakkingen van de luchtpijp (bronchiën) en longen. De lage luchtwegen bestaan uit de luchtpijp, luchtpijpvertakkingen en longen. Bij een lage luchtweginfectie is er een ontsteking in de luchtpijp, de luchtpijpvertakkingen (bronchitis) of de longen (longontsteking).



Hoe ontstaat een lage luchtweginfectie?

Een lage luchtweginfectie kan ontstaan als virussen of bacteriën vanuit de mond, neus en keel in de lage luchtwegen terecht komen. Lage luchtweginfecties komen vaker voor bij ouderen, bijvoorbeeld door een verminderde weerstand en slikproblemen. Ook mensen met chronische aandoeningen zoals longziekten/COPD en hartfalen krijgen vaker een lage luchtweginfectie. Dat geldt ook voor rokers.

Wat zijn de klachten bij een lage luchtweginfectie?

Bij een lage luchtweginfectie voelen mensen zich vaak erg ziek. Ze hebben daarbij veelal last van hoesten, kortademigheid en pijn (bij het hoesten) en hebben soms een snelle hartslag of snelle ademhaling. Ook kan er koorts, vermoeidheid of verwardheid (delier) ontstaan.

Hoe verloopt een lage luchtweginfectie meestal?

Een lage luchtweginfectie kan verschillend verlopen. Het kan langzaam ontstaan als een neusverkoudheid of griep zich uitbreidt en dit leidt tot een bronchitis of longontsteking. Of er ontstaat ineens een longontsteking, bijvoorbeeld doordat iemand zich regelmatig

verslikt. Een lage luchtweginfectie kan binnen een paar dagen vanzelf overgaan. Zeker als het om een bronchitis gaat wordt vaak eerst afgewacht met behandelen als iemand niet erg ziek is. Daarmee wordt voorkomen dat u onnodig antibiotica krijgt omdat dat ook nadelen heeft. Als u vaak antibiotica krijgt kunnen bacteriën daarvoor ongevoelig worden (antibioticaresistentie). Als u dan erg ziek zou worden van een (andere) bacteriële infectie bestaat het risico dat de antibiotica niet werkt en u niet meer goed geneest.

Hoe wordt een lage luchtweginfectie vastgesteld?

De behandelend arts gaat na of u luchtwegklachten heeft, zoals hoesten of benauwdheid, of u koorts heeft, hoe helder u bent en hoe ziek u bent. Daarnaast wordt er naar de longen geluisterd en wordt de hartslag en bloeddruk gemeten.

Lage luchtweginfecties bij mensen met dementie of communicatieproblemen

Het is soms moeilijk om lage luchtweginfecties vast te stellen. Dat geldt bijvoorbeeld bij mensen die hun klachten moeilijk onder woorden kunnen brengen, zoals bij mensen met dementie of na een beroerte. Vaak is dan één van de mantelzorgers benoemd als vertegenwoordiger/contactpersoon. Informatie over de patiënt is belangrijk voor de arts. Het is daarom belangrijk dat deze contactpersoon de arts, eventueel via de verzorgende of verpleegkundige, goed informeert over de klachten van de patiënt. Samen met de arts bespreekt de contactpersoon wat de best passende behandeling is voor de patiënt.

Wat moet u niet doen?

- Het is beter als u niet rookt of rook inademt tijdens een lage luchtweginfectie. Hierdoor kunnen de klachten erger worden. Ook kan de infectie minder goed genezen.
- Als u moeilijk kunt ophoesten heeft het geen zin om een hoestdrank te gebruiken. Dit helpt niet om het slijm op te lossen.

Wat kunt u zelf doen?

Als u een lage luchtweginfectie heeft:

- Als u zich erg ziek voelt van de infectie heeft u misschien geen trek in eten en drinken. Toch is het wel belangrijk dat u probeert voldoende te drinken (1,5-2 liter per dag) en te eten.
- Probeer uit bed te komen en regelmatig te bewegen. Dit vergemakkelijkt het ophoesten.
- Neem voldoende rust en verdeel uw energie over de dag. Vraag bijvoorbeeld (extra) hulp bij uw verzorging of laat u voor grotere afstanden verplaatsen in een rolstoel.

Wat kunt u doen om een lage luchtweginfectie te voorkomen:

- Poets minimaal tweemaal per dag uw tanden/prothese.
Reinig de ruimte tussen de tanden met een rager, stoker of flossdraad. Gebruik eventueel ook een fluoride mondspoelmiddel.
- Slikstoornissen kunnen leiden tot een lage luchtweginfectie.
Geef het bij de arts of de verzorgende of verpleegkundige aan als:
 - u moeite heeft met slikken van voedsel en/of speeksel;
 - u moet hoesten of als u zich verslikt tijdens het eten en/of drinken;
 - als voedsel blijft hangen in de mond na het doorslikken;
 - u vaak uw keel moet schrapen.

De bovengenoemde klachten kunnen wijzen op een slikstoornis, een logopedist kan u wellicht helpen.

- Volg indien van toepassing de adviezen op van de logopedist, bijvoorbeeld voor het gebruik van dik-vloeibare dranken/voedsel of gemalen voeding.

Wat is de behandeling?

De behandeling van een lage luchtweginfectie is afhankelijk van hoe ziek u zich voelt en de klachten die u heeft. Behandeling kan bestaan uit antibiotica en het verlichten van de klachten.

Antibiotica

Alle mensen dragen bacteriën bij zich. Van sommige bacteriën kunnen we ziek worden. Om weer te herstellen is soms antibiotica nodig. Een belangrijk nadeel van antibiotica is dat bacteriën er ongevoelig voor kunnen worden. We noemen dat resistentie. De verwachting is dat steeds meer mensen zullen overlijden aan de gevolgen hiervan. Het is daarom van belang dat u alleen antibiotica krijgt als deze echt nodig is om weer beter te worden.

- Afhankelijk van uw situatie wordt besloten om met antibiotica te starten of een afwachtend beleid te voeren. Antibiotica wordt alleen gegeven als u (vermoedelijk) een longontsteking hebt of risico loopt op ernstige gevolgen. De mate van ziek zijn is hiervoor een belangrijk uitgangspunt.
- Als u niet erg ziek bent wordt vaak eerst afgewacht of de lage luchtweginfectie binnen een paar dagen vanzelf over gaat.
- Als u erg ziek bent van de luchtweginfectie krijgt u meestal antibiotica.
- Als u heel erg ziek bent of de antibiotica niet werkt kan u in het ziekenhuis opgenomen worden voor behandeling met antibiotica in een infuus.
- Als u met de arts afgesproken heeft om een ernstige luchtweginfectie niet meer te behandelen krijgt u geen antibiotica.

Verlichten van klachten

Het kan zijn dat u last heeft van bijkomende klachten. U kunt dan de volgende behandeling krijgen:

Extra klachten naast de lage luchtweginfectie	Welke behandeling is mogelijk?
Vochttekort, uitdroging	Het toedienen van extra vocht via een sonde of infuus
Vernauwing van de vertakkingen luchtpijp (bronchiën)	Medicatie die helpt de bronchiën te openen waardoor ademen makkelijker wordt
Zuurstoftekort (gemeten of zichtbaar aan tong)	Zuurstoftoediening via een slangetje in de neus
Koorts	Eventueel koortsverlagende medicijnen
Sufheid	Eventueel verminderen van medicatie die suf kan maken

Wat zijn gevolgen van een lage luchtweginfectie?

Van een ernstige lage luchtweginfectie kunt u erg ziek zijn. U kunt zich benauwd voelen en veel hoesten. Veel mensen willen dan het liefst in bed blijven of heel rustig zitten.

Als u begint op te knappen, merkt u dat u een tijdje minder energie heeft dan voor de infectie. Hoesten kan soms nog vele weken duren.

Om te herstellen kan voldoende rust helpen samen met het verdelen van uw energie over de dag. Vraag zo nodig (extra) hulp bij uw verzorging. Het is wel belangrijk dat u probeert binnen uw mogelijkheden te (blijven) bewegen. Mensen met een erg slechte conditie kunnen door een ernstige lage luchtweginfectie een blijvend verminderde conditie houden of overlijden.

Informeer de arts bij de volgende klachten als:

- klachten van een lage luchtweginfectie terugkomen of verergeren;
- u ernstig benauwd bent;
- u hoge koorts en/of koude rillingen heeft;
- het niet lukt om voldoende te eten of te drinken;
- u geen medicatie kunt innemen;
- u suf of verward bent.

Neem bij bovenstaande klachten contact op met de behandelend arts. U kunt ook een verzorgende of verpleegkundige vragen om dit voor u te doen.

Heeft u nog vragen?

Stel deze dan gerust aan de arts, verzorgende of verpleegkundige.

Noteer hier uw eigen vragen voor de arts:

Bijvoorbeeld:

- *Na hoeveel dagen moet de koorts afnemen?*
- *Ik ben allergisch voor een bepaald type antibiotica. Kunt u nakijken of ik deze mag hebben?*
- *Hoe lang moet ik de antibiotica blijven gebruiken?*
- *Moet ik de hele dag in bed blijven als ik mij erg ziek voel?*

Referenties:

- Handleiding Ontwikkelen van patiënteninformatie bij kwaliteitsstandaarden (Nederlandse Patiëntenfederatie, 2017)
- Handleiding Voorlichtingsmateriaal voor kwetsbare ouderen (Verenso, 2013)
- Thuisarts.nl (longontsteking en bronchitis)

Verenso 2018, in samenwerking met:

- Alzheimer Nederland
- KBO-PCOB
- Patiëntenfederatie Nederland