



# INHALEREN KUN JE LEREN

Door Daphne Ensink-Dast

*Begeleiding van inhalatiemedicatie is erg belangrijk: 70% van de longpatiënten gebruikt longmedicijnen niet op de juiste manier. Hierdoor komt de medicatie niet op de juiste plek in de longen en kunnen klachten als benauwdheid verergeren. Apothekersassistenten hebben een belangrijke taak bij de begeleiding van het gebruik van inhalatoren.*

Uitgiftebegeleiding begint bij het aanschrijven van het recept in het apotheekinformatie-systeem. Heeft de arts 'zo nodig' op het recept gezet? Veel patiënten blijken het lastig te vinden om in te schatten wanneer ze hun medicijn dan precies moeten gebruiken. Zet daarom op het etiket wanneer het nodig zou kunnen zijn. Dus niet: *zo nodig tot 4 keer per dag inhaleren*. Maar: *bij benauwd zijn: 1 inhalatie. Niet meer dan 4 keer per dag*. Hiervoor bestaan vaste doseercodes.

Duidelijke informatie op het etiket zorgt voor beter gebruik van het medicijn door de patiënt. Leg het gebruik ook goed uit aan de patiënt. Je kunt bijvoorbeeld vertellen:

*"Als u benauwd bent en u vindt het nodig om het medicijn te gebruiken, dan mag u 1 inhalatie nemen. Dat mag 4 keer per dag. Als u het medicijn minder vaak nodig heeft, is dat prima. U hoeft het dus niet elke dag te gebruiken. Gebruik het alleen als u benauwd bent en het nodig vindt."*

Wijs daarbij naar het etiket op de verpakking. Zo weet de patiënt dat deze informatie ook na te lezen is.

## **BESPREEK DE INDICATIE**

In het begin van de behandeling is het niet altijd zeker of de patiënt echt een longziekte heeft. De arts start de behandeling dan

vanwege klachten zoals benauwd zijn. Voor de motivatie om het medicijn goed te gebruiken, is het belangrijk in het eerste uitgiftegesprek te vragen of de patiënt weet waarvoor het medicijn is voorgeschreven. Je kunt het gesprek bijvoorbeeld beginnen door te vragen wat de arts (of POH) al heeft verteld over de reden dat de patiënt dit medicijn krijgt. En of al is uitgelegd hoe dit medicijn daarbij kan helpen. Ga daarna na welke vragen, zorgen of onduidelijkheden de patiënt heeft. Zo kun je advies geven dat past bij de informatiebehoefte van de patiënt. Heeft de patiënt astma of COPD? Leg dan ook de contra-indicatie vast in het apotheek-informatiesysteem.

## **STEM AF WIE INHALATIE-INSTRUCTIE GEEFT**

Misschien wel het belangrijkste onderdeel bij de start van longmedicatie is de inhalatie-instructie. Op een goede manier inhaleren zorgt ervoor dat het medicijn goed in de longen terechtkomt. Hierdoor verminderen klachten van benauwd zijn. Ook kan goed gebruik van de inhalator bijwerkingen voorkomen. Het meteen goed aanleren van de juiste inhalatietechniek is belangrijk voor een goed effect van de behandeling. Vaak zijn er lokaal afspraken gemaakt welke zorgverlener de inhalatie-instructie geeft: de arts, de praktijkondersteuner, de longverpleegkundige en/of de apotheek. Vraag altijd na of de patiënt al een inhalatie-instructie heeft gekregen en van wie.

## **GEBRUIK DE LAN-PROTOCOLLEN**

Voor een goede inhalatie-instructie kun je de landelijke protocollen van de Long Alliantie Nederland (LAN) gebruiken. Deze zijn te vinden op [www.inhalatorgebruik.nl](http://www.inhalatorgebruik.nl). Ook patiënten kunnen de website gebruiken voor instructies. Let op: de informatie op de website van de LAN is soms anders dan de bijsluiter. Dat is bewust: het doel van de LAN is dat de informatie voor verschillende typen inhalatoren zo veel mogelijk hetzelfde is. Door bij elke soort inhalator dezelfde handelingen uit te voeren, maak je het gebruik makkelijker en vergroot je de kans op de juiste manier van inhaleren.

Omdat de patiënt het na de instructie zelf moet gaan doen, is het belangrijk dat je het niet alleen uitlegt en voordoet, maar ook de patiënt laat oefenen en hier feedback op geeft. Als de patiënt fouten maakt, ga dan na of de patiënt de instructie goed heeft begrepen. Stel de patiënt gerust dat goed inhaleren moeilijk is en dat iedereen fouten maakt. Als de patiënt problemen blijft houden, overleg dan met de apotheker en arts of een ander soort inhalator beter is.

## **INDIVIDUELE BEGELEIDING**

Door aandacht te hebben voor de volgende omstandigheden kun je de patiënt helpen de inhalatie-instructie goed uit te voeren in zijn/haar specifieke situatie:

- Bij gebruik van een niet-ademgestuurde dosisaerosol: gebruik de inhalator altijd met een voorzetskamer. Het medicijn komt daardoor beter in de longen. Het werkt dan beter.
- Voor de veiligheid en hygiëne wordt geadviseerd om de voorzetskamer elk jaar te vervangen. De zorgverzekeraar vergoedt één nieuwe voorzetskamer per jaar. Ook voor een goede werking van poederinhalatoren is het advies om deze jaarlijks te vervangen.
- Heeft de patiënt last van inspannings-astma (benauwd worden door bijvoorbeeld sporten of bij koude lucht)? Gebruik de inhalator dan 10-15 minuten van tevoren (bij salmeterol 30-60 minuten van tevoren).
- Gebruikt de patiënt meerdere medicijnen om te inhaleren? Gebruik dan eerst de luchtwegverwijder. Inhaleren gaat daarna makkelijker. Gebruik daarna de andere inhalatiemedicijnen.
- Leg bij gebruik van zowel 'zo nodig' als onderhoudsmedicatie ook de verschillen uit. Goede uitleg zorgt ervoor dat de patiënt de 'zo nodig' medicatie niet te veel gebruikt en de onderhoudsmedicatie niet te weinig.
- Om bijwerkingen zoals gaatjes en schimmelinfecties in de mond en keel te voorkomen, is het advies om na het inhaleren de mond en keel te spoelen. Als dat niet lukt, bijvoorbeeld bij kleine kinderen, kun je adviseren om na het inhaleren iets te eten of te drinken.
- Tandglazuur wordt door inhalatiemedicatie tijdelijk zachter. Daarom is het advies om niet meteen na het inhaleren de tanden te poetsen. Het tandglazuur kan dan beschadigen. Wacht daarom minimaal een half uur na het inhaleren met tandenpoetsen.

## **HOE TE HANDELEN BIJ LONGAANVAL**

Longpatiënten kunnen soms opeens last hebben van een longaanval: heftige klachten zoals benauwd zijn, hoesten of een piepende ademhaling. Deze klachten zijn erger dan normaal en worden niet minder na gebruik van hun medicijnen. Veel longpatiënten hebben angst voor het (nogmaals) meemaken van een longaanval. In ernstige gevallen leidt dit tot ziekenhuisopname. Een van de oorzaken van een longaanval is verkeerd gebruik van de inhalatiemedicatie. Daarom is het belangrijk om de patiënt goed uit te leggen wat een longaanval is, welke klachten dit geeft, wat hij/zij moet doen bij een longaanval en wat het belang is van goed medicijngebruik.

## **CONTROLEER OF INFORMATIE GOED IS AANGEKOMEN**

Tijdens het eerste uitgiftegesprek krijgt de patiënt veel informatie. Daarom is het belangrijk steeds te vragen of de uitleg duidelijk is. Zo betrek je de patiënt in het gesprek en geef je hem de kans vragen te stellen. Het biedt je ook de mogelijkheid de informatie die je geeft af te stemmen op de behoefte van de patiënt. Vraag aan het eind van het gesprek (en misschien ook al tussendoor) of de patiënt de belangrijkste informatie in zijn eigen woorden kan herhalen (terugvraagmethode). Zo kun je controleren of jouw boodschap goed is overgekomen. Zo nodig kun je bijstellen of aanvullen. Geef aan dat als de patiënt twijfelt of vragen heeft, hij bij de apotheek terecht kan en leg uit welke zorg de patiënt van de apotheek kan verwachten. Geef ten slotte de VI/GIP mee als aanvulling op de mondelinge informatie of verwijst naar [Apotheek.nl](http://Apotheek.nl). Je kunt ook de gebruiksaanwijzing van inhalatorgebruik.nl uitprinten en meegeven.

*Daphne Ensink-Dast MSc is apotheker/  
redacteur, afdeling Patiënteninformatie,  
Stichting Health Base.*