Почему врач назначил мне дополнительный кислород?

Pulmonary Fibrosis Foundation™

American Association for Respiratory Care

Почему врач назначил мне дополнительный кислород?

У людей с заболеванием легких уровень кислорода в крови часто бывает ниже нормы. Когда уровень кислорода снижается до 88% или ниже, врач может назначить дополнительный кислород (кислородотерапию). Польза от него может заключаться в следующем:

- уменьшение одышки
- повышение способности поддерживать активный образ жизни
- уменьшение нагрузки на другие органы

Медицинский кислород не вызывает привыкания. Медицинский кислород следует применять в точном соответствии с указаниями врача.

Что содержится в предписании врача?

1. Информация о том, когда следует применять медицинский кислород (во время сна, отдыха, во время физической активности или во время пребывания на большой высоте)
2. Информация о том, сколько кислорода вам необходимо для каждого вида активности (численное значение или скорость в литрах в минуту)
3. Какой тип кислородного оборудования подходит для вашего образа жизни и соответствует вашим потребностям в кислороде

Существует множество систем подачи кислорода. То, какую именно систему вы будете использовать, определяет ваш образ жизни, уровень медицинского кислорода, который назначит вам ваш врач, и то, какая именно система подачи кислорода имеется в наличие у поставщика оборудования и кислорода. Прежде чем заключать договор Medicare с поставщиком оборудования и кислорода, попросите своего лечащего врача убедиться, что оборудование, предлагаемое этим поставщиком, подходит именно вам.

Зачем нужен кислород?

Для работы каждой клетки в вашем организме нужен кислород. Кислород перемещается из легких в кровь, которая переносит его в остальные части организма.

Уровень кислорода измеряют с помощью устройства, которое надевают на палец (оно называется пульсоксиметром), или путем анализа крови.

Как я могу понять, что получаю достаточное количество кислорода?

Ваш лечащий врач может рекомендовать использовать пульсоксиметр для контроля уровня кислорода в домашних условиях. Узнайте у врача, каким должен быть ваш целевой уровень кислорода. При получении от лечащего врача соответствующих указаний, вы можете регулировать подачу кислорода в зависимости от того, чем вы занимаетесь, чтобы поддерживать уровень кислорода в рекомендуемом диапазоне.

- Некоторым людям медицинский кислород нужен 24 часа в сутки. У других людей может отсутствовать необходимость в медицинском кислороде в положении сидя, но при это им требуется более интенсивный поток во время физической активности.
- Некоторым людям требуется медицинский кислород во время сна.
- Планируя авиаперелет или поездку в высокогорные регионы узнайте, нужен ли вам медицинский кислород, и не потребуется ли изменение настроек кислородного оборудования.
- Авиакомпании разрешают использование медицинского кислорода только с определенными видами оборудования и требуют наличия предписания врача.
- Рекомендуется планировать использование медицинского кислорода в поездках заблаговременно, чтобы запас кислорода не закончился, а аккумулятор кислородного концентратора не разрядился.

В чем разница между непрерывной подачей и импульсной подачей или подачей кислорода на вдохе?

Непрерывная подача означает, что кислород непрерывным потоком поступает в нос через носовую канюлю. При **импульсной подаче или подаче на вдохе** специальный регулятор определяет, когда вы делаете вдох, и подача кислорода осуществляется ТОЛЬКО на вдохе, позволяя экономнее расходовать кислород и электроэнергию.

Параметры настройки для непрерывной и импульсной подачи задаются в виде числа (1, 2, 3 и т. д.). Параметры непрерывной подачи 2, 3 или 4 литра в минуту не следует отождествлять с параметрами 2, 3 или 4 для импульсной подачи или подачи на вдохе.

Как безопасно применять медицинский кислород?

- Избегайте присутствия открытого огня, искр, сигарет, спичек, зажигалок, газовых плит, горелок, фенов (следует использовать только режим холодного обдува) и использования изношенных электрических проводов.
- Помните, что сам кислород не воспламеняется и не взрывается, но в его присутствии огонь будет разгораться быстрее.
- Поместите на своей входной двери табличку с указанием того, что вы используете медицинский кислород.
- Храните баллоны в вертикальном положении. НЕ используйте поврежденные баллоны или баллоны с трещинами. НЕ храните баллоны в шкафу, под воздействием прямых солнечных лучей или рядом с источниками тепла.
- НЕ наносите жирные вещества (на основе углеводородов), включая продукцию ChapStick, Vaseline или Blistex, на губы,
  нос или лицо. Посмотрите в Интернете, какие смягчающие мази для носа предназначены для людей, использующих медицинский кислород.

Я только что получил(-а) свое кислородное оборудование. Что мне теперь нужно делать?

Убедитесь, что вы получили все оборудование в соответствие с предписанием вашего врача. Данное оборудование может включать нижеперечисленные компоненты.

КОНТРОЛЬНЫЙ ЛИСТ ДЛЯ КИСЛОРОДНОГО ОБОРУДОВАНИЯ

- ☐ **Стационарные кислородные концентраторы.** Стационарные концентраторы выделяют кислород из воздуха для получения кислорода высокой концентрации. Они работают от сети, и обычно не являются переносными. Эти концентраторы в основном предназначены для использования в домашних условиях или в офисе.
- ☐ **Портативные кислородные концентраторы (ПКК).** ПКК – это концентраторы меньшего размера, предназначенные для использования во время ходьбы и какой-либо другой активности вне дома. Вес концентраторов варьируются от 3 фунтов (их носят на плече) до 25 фунтов (для перемещения такие концентраторы имеют колеса). Как правило, чем меньше размер концентратора, тем ниже выход кислорода (скорость потока в литрах в минуту или импульсная подача), и тем меньше срок службы аккумулятора. ПКК можно заряжать от обычной розетки или от аккумулятора в автомобиле.
- ☐ **Кислородные баллоны.** Это зеленые и серебристые (алюминиевые) баллоны, заполненные кислородом. Они могут быть очень большими или достаточно маленькими, чтобы поместиться в рюкзак. Некоторые баллоны со сжатым кислородом можно наполнять дома с помощью системы заправки кислородных баллонов, которую часто называют «перепускной» системой для наполнения. Как и в случае с ПКК, чем меньше баллон, тем меньше объем и продолжительность подачи кислорода.
- ☐ **Жидкий кислород.** Это подвергнутый сильному охлаждению кислород, который перешел в жидкую форму. Жидкий кислород хранят в баллоне, который внешне напоминает большой термос. Когда кислород нагревается, он снова становится газом, который можно использовать. Стационарный резервуар для жидкого кислорода используют дома, а также его можно использовать для заполнения переносного баллона меньшего размера, который используется вне дома. Масса этих баллонов от 3 до 11 фунтов, они обеспечивают более высокий непрерывный поток кислорода, чем ПКК. Не все поставщики оборудования и кислорода предлагают жидкий кислород.
- ☐ **Канюля и трубки.** Ко всем стационарным системам подключаются трубки (25 или 50 футов). При скорости кислорода выше 6 литров в минуту следует использовать специальные трубки с большей пропускной способностью. Та часть, которая устанавливается в нос, называется канюля. Люди, которым требуется высокая скорость потока кислорода, используют вместо канюли небольшую маску, которую размещают поверх носа и рта.
- ☐ **Сберегающий дозатор кислорода (СДК).** Это устройство для импульсной подачи или подачи кислорода на вдохе. Оно позволяет экономить кислород, поставляя кислород только во время вдоха и выключаясь до следующего вдоха.
- ☐ **Регулятор и расходомеры.** Традиционные регуляторы кислорода и расходомеры обеспечивают непрерывную подачу кислорода.

Убедитесь, что вы получили инструкции по использованию устройства, и знаете:

- [ ] как включать и выключать оборудование;
- [ ] как убедиться, что кислород подается;
- [ ] как присоединить расходомер и/или СДК и отрегулировать скорость потока;
- [ ] как проверить, есть ли кислород в баллоне;
- [ ] как проверить заполненность баллона;
- [ ] как присоединить увлажнитель (при необходимости);
- [ ] что вам назначил врач, в том числе какое количество кислорода вам предписано (количество литров в минуту или настройка для импульсной подачи) и какие настройки предназначены для использования в состоянии покоя, во время физических нагрузок и во время сна;
- [ ] как правильно использовать канюлю;
- [ ] каков срок службы аккумулятора вашего ПКК и как продлить его срок службы;
- [ ] как выполнять техническое обслуживание и уход за устройством;
- [ ] какие меры предосторожности следует соблюдать.

Убедитесь, что вы знаете, к кому следует обращаться в случае возникновения проблем с оборудованием или доставкой.

Знайте свои права. Если у вас возникли проблемы с оборудованием, обслуживанием или возмещением затрат, позвоните по телефону **1-800-MEDICARE (633-4227)** и вас соединят с омбудсменом по конкурсным закупкам (ОКЗ).

Для получения дополнительной информации обращайтесь:

Pulmonary Fibrosis Foundation™

pulmonaryfibrosis.org
help@pulmonary fibrosis.org
844.TALKPFF (844.825.5733)

American Association for Respiratory Care

aarc.org
972.243.2272
info@aarc.org