

Ważne porady dotyczące terapii tlenowej w domu

Podczas terapii tlenowej nie zaleca się

- palenia tytoniu, w tym e-papierosów;
- pozostawiania włączonego urządzenia, kiedy nie jest używane;
- pozostawiania cewnika tlenowego na nos na łóżku lub krześle, kiedy wypływa z niego tlen, ponieważ może to doprowadzić do sytuacji niebezpiecznej, w której nastąpi nagromadzenie się gazu;
- dopuszczania, by inne osoby paliły papierosy w pobliżu źródła tlenu;
- stosowania palnych produktów, takich jak płyny do czyszczenia, rozpuszczalniki, kremy zawierające substancje ropopochodne czy aerozole.

Zaleca się

- poinformowanie lokalnej straży pożarnej o posiadaniu tlenu w domu;
- poinformowanie zakładu energetycznego o stosowaniu tlenu (posiadaniu koncentratora); dom pacjenta zostanie w pierwszej kolejności ponownie podłączony do prądu w razie awarii;
- poinformowanie firmy ubezpieczeniowej, u której wykupiono polisę na dom; nie powinno to wpłynąć na wysokość składki ubezpieczeniowej;
- zainstalowanie w domu detektora dymu;
- przechowywanie butli tlenowych w pozycji pionowej, zwłaszcza przewożonych w samochodzie.

Moja recepta na tlen

Długotrwała terapia tlenowa:

Tempo przepływu: l/min

Do stosowania od 15 do 24 godzin dziennie.

Ambulatoryjna terapia tlenowa:

Tempo przepływu: l/min

Do stosowania podczas chodzenia lub ćwiczeń.

Kontakt z personelem pielęgniarskim specjalizującym się w terapii tlenowej:

Telefon: **023 8120 8119**

(od poniedziałku do piątku w godz. 09:00–17:00)

Mój dostawca tlenu to:

Dolby Vivisol

Telefon: **0800 917 9840**

If you are a patient at one of our hospitals and need this document translated, or in another format such as easy read, large print, Braille or audio, please telephone **0800 484 0135** or email **patientsupport@uhs.nhs.uk**

For help preparing for your visit, arranging an interpreter or accessing the hospital, please visit **www.uhs.nhs.uk/additionalsupport**

www.uhs.nhs.uk

Version 3. Reviewed October 2025. Due for review October 2028. 2168

Terapia tlenem w domu

Informacje dla pacjentów, rodzin i opiekunów



W niniejszej ulotce znajdują się informacje na temat terapii tlenem w domu oraz wynikających z niej korzyści i możliwych skutków ubocznych. Dalsze pytania prosimy kierować do pracownika opieki zdrowotnej, który chętnie udzieli wszystkich informacji.

Czym jest terapia tlenem w domu?

Taka terapia polega na wdychaniu powietrza z wyższą zawartością tlenu pochodzącego z butli lub z urządzenia umieszczonego w domu. Terapia jest przepisywana pacjentom z chorobami serca lub płuc doprowadzającymi do obniżenia poziomu tlenu we krwi.

Jaka jest funkcja tlenu?

Tlen jest niezbędny wszystkim organom do prawidłowego funkcjonowania. Brak możliwości przekazywania przez płuca do układu krwionośnego wystarczającej ilości tlenu (np. w przypadku choroby płuc) obciąża serce. Pacjent jest w stanie odciążyc zarówno serce, jak i płuca, wdychając dodatkową ilość tlenu. Może także dzięki temu poprawić pamięć, uwagę, sen, nastrój i ogólne samopoczucie.

Czy uzależnię się od tlenu?

Nie ma ryzyka uzależnienia się od tlenu, a stosowanie go w większych ilościach nie zmniejszy jego korzystnego wpływu na organizm. Z tlenu należy korzystać w domu zarówno po obudzeniu się, jak i w trakcie snu zgodnie z zaleceniami lekarza. Jednak nie ma potrzeby stosowania tlenu przez cały czas, dzięki czemu możliwe jest wyjście z domu.

Jak długo muszę czekać na efekty terapii?

Wielu pacjentów zauważa pierwsze efekty w ciągu kilku pierwszych tygodni od rozpoczęcia regularnej terapii tlenowej. Jednak zwykle ogólna poprawa stanu zdrowia jest zauważalna po kilku miesiącach. Warto pamiętać, że tlen nie zapobiegnie dusznościom i nie obniży ich uciążliwości.

Czy terapia tlenowa już zawsze będzie dla mnie koniecznością?

Każdy reaguje inaczej, więc niemożliwe jest przewidzenie, czy dany pacjent będzie zawsze potrzebował terapii tlenowej. Lekarze będą go regularnie monitorowali i oceniali potrzebę ewentualnych zmian leczenia.

Możliwe skutki uboczne

- **Poranne bóle głowy.** Mogą sugerować, że konieczna może być zmiana tempa przepływu tlenu. W przypadku nasilenia bólów głowy zwłaszcza rano prosimy o telefon pod numerem **023 8120 8119**.
- **Przesuszone usta lub nos.** Do zwilżania nosa można zastosować środek K-Y Jelly lub żel wodny. Nie należy stosować żadnych produktów zawierających substancje ropopochodne, ponieważ są one łatwopalne.
- **Krwawienie z nosa.** Jeśli utrzyma się przez ponad dwa tygodnie, prosimy o kontakt pod numerem **023 8120 8119**.

Czy terapia tlenem w domu zastępuje moje dotychczasowe leczenie?

Nie, wszystkie dotychczasowe leki należy przyjmować dalej, chyba że lekarz ogólny lub specjaliści pulmonolodzy stwierdzą inaczej.

Czym jest długotrwała terapia tlenowa (LTOT)?

Pacjenci z dolegliwościami płucnymi muszą pracować znacznie ciężiej nad zapewnieniem tlenu na poziomie niezbędnym do prawidłowego funkcjonowania organizmu. Niektórzy potrzebują w tym celu dodatkowego tlenu. Podawanie takiego tlenu nazywa się długotrwałą terapią tlenową (LTOT).

Służy ona zapewnieniu organom dodatkowego tlenu. Aby uzyskać jak najlepsze rezultaty, taką terapię należy prowadzić przez co najmniej 15 godzin dziennie. Tlen podawany jest przez koncentrator pobierający tlen z powietrza w pomieszczeniu.

Czym jest ambulatoryjna terapia tlenowa (AOT)?

U niektórych osób z dolegliwościami płucnymi poziom tlenu we krwi jest prawidłowy w stanie spoczynku, ale może znacząco spaść podczas wysiłku fizycznego. W takich przypadkach konieczne może okazać się podanie dodatkowego tlenu. Nazywa się to ambulatoryjną terapią tlenową (AOT).

Stosowanie tlenu ambulatoryjnego podczas wysiłku fizycznego może poprawić wydolność i aktywność.