

Longaanval actieplan COPD

Datum _____

Mijn naam is _____

Neem uw actieplan mee naar deze personen! →

Huisarts _____

Longarts _____

Longverpleegkundige _____

Praktijkondersteuner _____

'Ik voel me goed'

Ik ben kortademig als ik: _____

zie MRC Schaal

Ik geef dagelijks slijm op: ☐ nee
☐ ja, kleur _____

Het slijm is gemakkelijk op te hoesten

Ik hoest regelmatig: ☐ nee
☐ ja

Ik kan mijn dagelijkse activiteiten uitvoeren

Ik kan helder nadenken

Mijn medicatie dagelijks

Luchtwegverwijders:	_____	per / dag
	_____	per / dag
	_____	per / dag
Luchtwegverwijders met	_____	per / dag
ontstekingsremmers:	_____	per / dag
Slijmoplossers:	_____	per / dag
	_____	per / dag
Antibiotica / Prednison:	_____	per / dag
Zuurstof:	_____ liter in rust	_____ liter bij inspanning

'Het gaat iets minder'

Ik ervaar een toename in 1 of meer
van de onderstaande symptomen:

- Kortademigheid
- Meer slijm of dikker / taaier slijm
- Grijzer / groener / bruiner slijm
- Piepende ademhaling
- Hoesten
- Vermoeid en niet in staat om normale dagelijkse activiteiten uit te voeren
- Hoofdpijn of duizelig bij het wakker worden
- Moeite met concentreren / vergeetachtig

Extra medicatie

Extra	_____	per/dag
Extra	_____	per/dag
Extra	_____	per/dag
Extra	_____	per/dag
Extra	_____	per/dag
Extra	_____	per/dag

'Verdeel uw energie en activiteiten over de dag'

Hebt u vragen of behoefte aan advies?

'Na 2 dagen geen verbetering'

Meer dan 2 dagen in de gele zone of

- Bloederig slijm
- Koorts
- Helemaal niet in staat activiteiten uit te voeren

Bel uw arts voor een dringende afspraak:

'De situatie is bedreigend'

- Zeer kortademig, ook in rust
- Pijn op de borst
- Verward, zeer vergeetachtig, duizelig of gevoel flauw te vallen
- Moeilijk wakbaar

Bel 112 of ga naar de spoedeisende hulp