ESTHER BOOD
Praktijkverpleegkundige en
redactielid TvPO

TIJDENS DE LOCKDOWN

Hoe heb ik een longontsteking opgelopen?

In de praktijk van poh Tjitske komt mevrouw De Vries op het COPD-spreekuur; ze is recent opgenomen geweest in verband met een longontsteking. Mevrouw was onlangs gestopt met haar ICS, maar zit nu met de prangende vraag of ze daarom een longontsteking heeft opgelopen.

Mevrouw De Vries is 62 jaar en heeft tien jaar geleden de diagnose COPD gekregen. Mevrouw rookt ongeveer een pakje sigaretten per dag en rookt sinds haar dertiende. Ze heeft enkele stoppogingen gedaan, maar heeft zoals ze zegt 'het stoppen opgegeven'. Mevrouw is al jong in de bijstand geraakt en ervaart het roken als haar enige 'luxe' pleziertje. Na verschillende dringende adviezen om te stoppen met roken, wilde mevrouw niet meer dat het besproken werd tijdens de consulten. Mevrouw liep voorheen dagelijks een half uur naar de supermarkt. Als gevolg van de RIVM-richtlijnen door de uitbraak van COVID-19, worden de laatste maanden de boodschappen van mevrouw thuisbezorgd. Ze komt nog nauwelijks de deur uit.

Leefstijl

In de NHG-Standaard COPD staat leefstijl op nummer 1 (stoppen met roken, dagelijks een half uur matig intensief bewegen en adequate voeding), bij voorkeur vastgelegd in een individueel zorgplan. De medicamenteuze behandeling wordt altijd gecombineerd met bevordering van een gezonde leefstijl en bestaat uit beginnen met een SABA of SAMA. Indien dit onvoldoende effect heeft na twee weken, wissel of combineer dan SABA/SAMA. Lukt het zo onvoldoende de behandeldoelen te halen, dan overstappen naar LABA of LAMA of een

combinatie van deze zo nodig. Overweeg alleen ICS bij ≥ 2 exacerbaties in het voorafgaande jaar, ondanks gebruik van LABA of LAMA.

Een half jaar geleden is de inhalatiemedicatie van mevrouw besproken. Al jaren gebruikte mevrouw een LABA/ICS. Een duik in het dossier liet zien dat mevrouw acht jaar geleden de ICS naast de LABA erbij had gekregen, nadat ze tweemaal kort achter elkaar antibiotica nodig had bij een dreigende longontsteking. Sindsdien heeft mevrouw nog één keer prednison nodig gehad, drie jaar geleden. Mevrouw heeft als kind nooit longklachten gehad. Er werd in overleg met mevrouw afgesproken om te stoppen met de ICS en door te gaan met de LABA. Bij eventuele klachten kon mevrouw contact opnemen.

Benaauwdheid

Relatief veel patiënten met COPD gebruiken een inhalatiecorticosteroïd, waarvan we met de huidige kennis weten dat dit vaak onterecht is en ook leidt tot vervelende bijwerkingen. Na het stoppen met de ICS is er nog tweemaal contact met de praktijkondersteuner over hoe het gaat met mevrouw (eenmaal na vier weken en eenmaal na acht weken). Mevrouw ervoer geen klachten; ze heeft alleen gemerkt dat haar stem wat verbeterd lijkt en dat ze geen blauwe plekken meer heeft. Het bleken inmiddels al geaccepteerde bijwerkingen van het ICS-gebruik.

FOTO:UA

Er wordt een nieuwe afspraak ingepland over een half jaar en in de tussentijd wordt afgesproken dat mevrouw bij klachten altijd snel terecht kan bij de huisarts.

Drie maanden na het stoppen van de ICS, tijdens de strenge lockdown als gevolg van COVID-19, krijgt mevrouw klachten van hoesten, benauwdheid en ophoesten van groen sputum. Als de klachten na een week niet afnemen, neemt mevrouw contact op met de huisarts. Omdat de klachten COVID-gerelateerd kunnen zijn, krijgt mevrouw het advies zich te laten testen en start de huisarts antibiotica en een SABA. De klachten nemen daarna alsnog snel toe en mevrouw wordt uiteindelijk met een longontsteking opgenomen.

Een plan

Een maand na de opname spreekt de praktijkondersteuner mevrouw tijdens een visite. Mevrouw zit met de prangende vraag of ze een longontsteking heeft opgelopen omdat haar medicatie daaraan voorafgaand was gestopt. Dat was immers een ontstekingsremmer?

Samen met mevrouw bespreken we de mogelijke oorzaken van de longontsteking. In de afgelopen

maanden was niet alleen het ICS gestopt, maar is mevrouw ook bijna niet meer de deur uit geweest. Haar lichamelijke conditie is hierdoor flink achteruitgegaan. Ze rookt binnenshuis en ventileert weinig. Daarnaast heeft ze nog een thuiswonende dochter die in de zorg werkt en rond die tijd thuis was met verkoudheidsklachten. Bij beiden is geen actieve COVID-19 vastgesteld.

Ondanks het advies zich te melden bij klachten van de luchtwegen, heeft mevrouw ruim een week gewacht. Reden hiervoor was haar angst voor een ziekenhuisopname in de COVID-periode. Of het ICS-gebruik de longontsteking had kunnen voorkomen, weten we niet zeker, maar andere factoren voor een mogelijke longontsteking waren volop aanwezig. De poh en mevrouw De Vries maken een plan om weer voldoende beweging te krijgen en toch nog een stoppen-met-roken poging te gaan doen. In dit plan wordt ook een exacerbatieplan voor mevrouw De Vries uitgeschreven. ■

Tip: lees ook op www.tvpo.nl het artikel van O.C.P. van Schayck: 'Stoppen met ICS-gebruik bij COPD-patiënten'. Dit bevat hiervoor een stappenplan.