

## Aanspreekpartners van de CSG:

Präsident:

Dr. Harald Müller, 41539 Dormagen  
Tel. 00492133478-484

harald.mueller@clusterkopfschmerz-selbsthilfe.de

Generalsekretär:

Jakob C. Terhaag, 52525 Waldfeucht  
Tel. 004924559309954

jakob.c.terhaag@clusterkopfschmerz-selbsthilfe.de

Vizepräsident:

Hans-Josef Liebertz, 50321 Brühl  
Tel. 00492232931550

h.josef.liebertz@clusterkopfschmerz-selbsthilfe.de

Schatzmeisterin:

Anja Alsleben, 48599 Gronau  
Tel. 00492562965-255

anja.alsleben@clusterkopfschmerz-selbsthilfe.de

Doorgeven en verveelvoudigen voor de  
kosteloze verspreiding is uitdrukkelijk  
gewenst.

Hiervoor kunt U bij een van de onderstaande adressen een  
diskette aanvragen of de benodigde  
bestanden van de hieronder genoemde homepage  
downloaden.

**Verandering van inhoud en/of vormgeving is niet  
toegestaan**

Copyright 2001

CSG e.V.  
Talstr. 53  
52525 Waldfeucht

Tel. 0049 2455 / 9309954

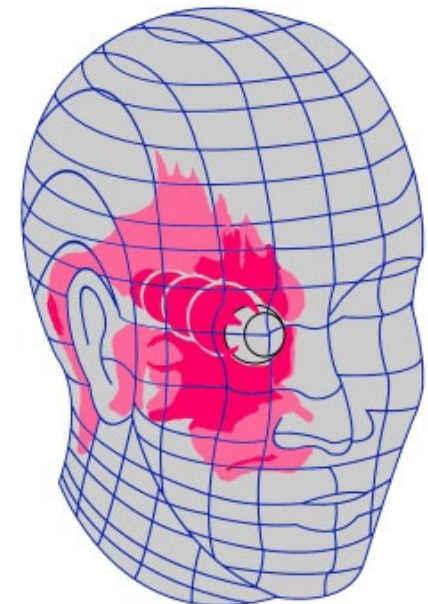
[www.clusterkopfschmerz-  
selbsthilfe.de](http://www.clusterkopfschmerz-selbsthilfe.de)  
[www.clusterkopfschmerz.de](http://www.clusterkopfschmerz.de)  
[www.clusterkopf.de](http://www.clusterkopf.de)

Für die Übersetzung dieses Faltblattes in die niederländische  
Sprache danken wir sehr herzlich Herrn Jan Smeets

# Clusterhoofdpijn en de goede Toepassing van Zuurstof

# CSG

## Clusterhoofdpijnzelf- hulpgroepen Duitsland



## Zuurstof, wat is dat?

Zuurstof is een scheikundig element met het symbool  $O_2$ . Het is van levensbelang voor alle menselijke en dierlijke organismen. Daardoor kunnen wij pas leven!

In de medische wereld wordt de bijzonder zuivere vorm van zuurstof gebruikt ( $O_2$  med). De toepassing ligt in eerste instantie op het gebied van de ademhaling.

### Zuurstof bij clusterhoofdpijn.

Sinds jaar en dag is zuurstof bij de clusterhoofdpijnthherapie de eerste keuze bij de behandeling van aanvallen. Om de optimale werking van de zuurstofbehandeling te krijgen, moet op enkele bijzonderheden gelet worden.

### Toevoer

Voor het gewenste resultaat is het absoluut noodzakelijk, dat de zuurstof via een gezichtsmasker wordt toegediend. Zogenaamde zuurstofdouches zijn niet geschikt. Ook de toegediende

### Hoeveelheid

zuurstof, gemeten in liter per minuut (l/min) is van doorslaggevende betekenis. De vakliteratuur spreekt van 7 l/min. Eigen ervaringen hebben getoond, dat ook hoeveelheden tot 15 l/min pas met succes bekroond worden.

### Lichaamshouding

Ook de lichaamshouding is bij het inhaleren van de zuurstof is, niemand weet waarom, van evident belang. Voor het gewenste resultaat mag de zuurstof niet liggend geïnhaald worden. De patiënt moet of staan (lopen) of met naar voren gebogen bovenlichaam zitten.

### Tijdstip van het inhaleren.

Het optimale tijdstip om met het inhaleren te beginnen is dan, wanneer de eerste tekens van

een aanval gevoeld worden. Hoe langer met het toedienen van de zuurstof gewacht wordt, hoe geringer de kansen op een goed resultaat worden. Op zijn laatst moet drie tot vier minuten na de eerste tekens van een aanval met het inhaleren begonnen worden. Als de aanval eenmaal in volle gang is, helpt zuurstof ook niet meer.

### Duur van het inhaleren.

Vijf minuten inhaleren met de genoemde dosering per minuut is wel het minimum. Het is heel goed mogelijk, dat langer noodzakelijk is. Verbruik

Uit de duur van de toepassing en de toegediende hoeveelheid per minuut kan het verbruik gemakkelijk berekend worden. 8 minuten met 10 l/min betekent 80 l zuurstof voor een behandeling. Dit betekent, dat de aanschaf van een grotere voorraad noodzakelijk is.

### Flessengrootte

De industrie biedt twee maten van flessen aan. Een met 2 liter en een met 10 liter inhoud. Deze stalen flessen zijn met een druk van 200 bar gevuld, daaruit volgt dat er een zuurstofvoorraad van 400 resp. 2000 liter in zit. Als je rekent, dat de aanvallen gemiddeld vier keer per dag voorkomen, en dat er voor iedere behandeling ongeveer tachtig liter nodig zijn, d.w.z. ca. 300 liter per dag, is het aan te raden direct de 10 l fles te nemen. Een 2 l fles kun je b.v. als "reisfles" of als noodvoorraad nemen.

### Bestanddelen van een zuurstofapparaat

Een funktionerend zuurstofapparaat bestaat uit de volgende delen:

- een stalen fles met 2 of 10 liter zuurstof
- een reduceerventiel met manometer om de druk van 200 bar te verminderen en de toevoer te regelen
- een bevochtiger (alleen bij de 10 l fles) om de zuurstof te bevochtigen om

beschadiging van de ademwegen door uitdroging te verhinderen

- een gezichtsmasker, dat met elastiek voor mond en neus gefixeerd wordt
- een houder op wielen voor de 10 l fles
- een draagtas met riem voor de 2 l fles

### Veiligheidsvoorschriften

Omdat de zuurstofflessen onder grote druk staan, moet er uiterst voorzichtig mee omgegaan worden. Vooral de afsluitkraan en het ventiel mogen niet aan mechanische belasting blootgesteld worden om berstgevaar uit te sluiten.

De kraan, de manometer en het reduceerventiel moeten absoluut vetvrij zijn. De zuurstof zou met het vet een scheikundige reactie kunnen aangaan, waardoor ontploffingsgevaar zou bestaan.

De fles mag niet aan hoge temperaturen worden blootgesteld, omdat door het toevoeren van warmte de binnendruk stijgt en er dan ontploffingsgevaar bestaat.

U mag de zuurstof nooit in de buurt van open vuur gebruiken, omdat zuurstof een extra voedingsmiddel voor de verbranding is.



Afbeelding 1: 10-liter-apparaat



Afbeelding 2: 2-liter-apparaat