

# DYSPNEU *benauwdheid*

Benauwdheid is een vervelend gevoel. Het probleem kan op verschillende manieren worden uitgelegd: bijvoorbeeld een gevoel van te weinig lucht, een beklemmend gevoel, ademtekort of kortademigheid. Bij klachten van benauwdheid hoeft niet altijd de hoeveelheid zuurstof in het bloed (saturatie) verlaagd te zijn. Ook bij een goede saturatie kun je benauwdheid ervaren. Bij veel verschillende ziekten kun je in de laatste levensfase (palliatieve fase) benauwdheid ervaren.



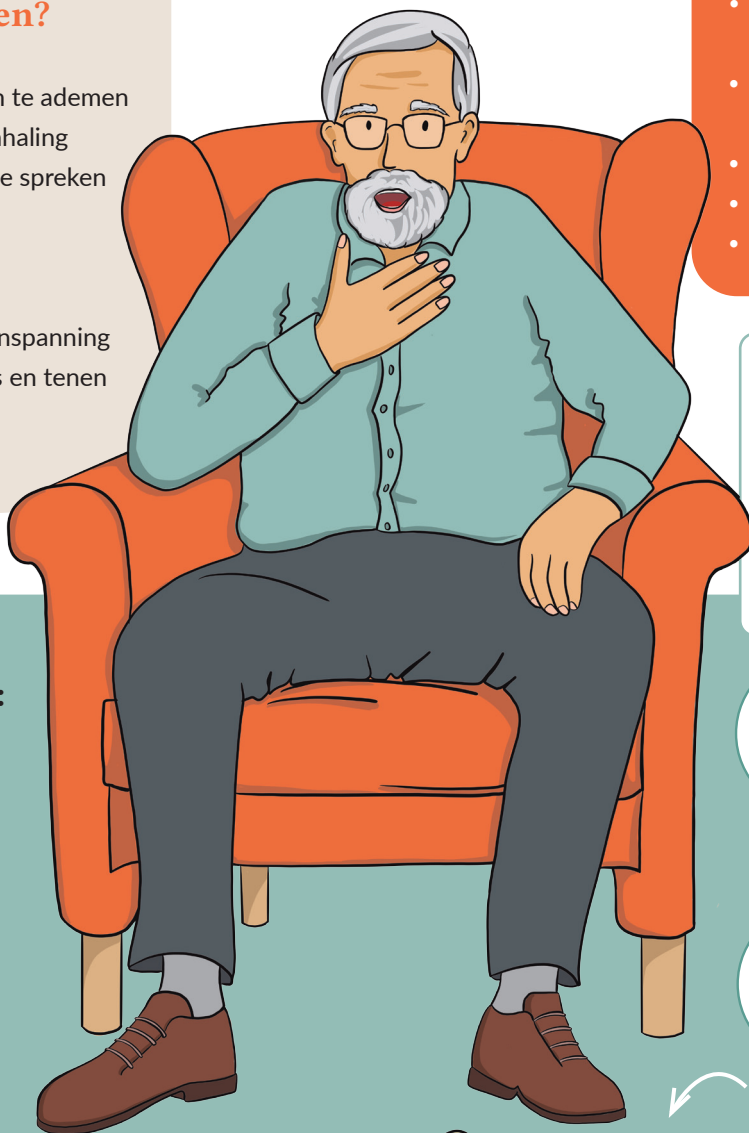
Zorg in de  
palliatieve fase

Als je benauwd bent, kun je bang worden om te **stikken**. In de praktijk gebeurt dit bijna nooit. Praat over je angst met je zorgverlener.



## Wat kun je merken?

- Naar adem snakken
- Soms voorover zitten om te ademen
- Snelle of piepende ademhaling
- Moeite om hele zinnen te spreken
- Beven of trillen
- Zweten
- Duizeligheid
- Vermoeidheid bij lichte inspanning
- Koude of blauwe vingers en tenen
- Angst of stress
- Druk op de borst



## Aantal mensen met benauwdheid in de palliatieve fase:

- COPD (laatste jaar voor overlijden) 94%
- Hartfalen (laatste jaar voor overlijden) 72%
- Longkankerpatiënten 70%
- Nierfalen 52%
- Kankerpatiënten 35%

## Oorzaak behandelen:

Afhankelijk van de oorzaak kan de oorzaak van de benauwdheid worden behandeld.

## Klachten behandelen:



Ademhalings-  
oefeningen



Ventilator  
op gezicht



Lopen met  
rollator



Zuurstof  
(soms)



Medicijnen

- Tegen benauwdheid (morfine)
- Tegen angst of stress
- Ontstekingsremmers
- Plastabletten
- Pufjes

**Morfine** zorgt ervoor dat de klachten van benauwdheid minder worden. Morfine zorgt er niet voor dat je sneller komt te overlijden.