



**ZUURSTOF  
THUIS: WAT  
MOET IK WETEN?**

# Inhoud

## Zuurstof thuis, wat moet ik weten?

Door adem te halen krijgen we normaal gesproken voldoende zuurstof binnen. Maar als de longen niet goed functioneren door ziekte, kan extra zuurstof nodig zijn. In dit boekje vindt u informatie over het gebruik van extra zuurstof en met wie u te maken krijgt. Ook leest u over de verschillende systemen die verkrijgbaar zijn en welke kosten vergoed worden door de verzekeraar.



4

Zuurstof is van levensbelang 4



14

Mogelijkheden wat is er op de markt 16



24

Wat is geschikt voor mij? 24



Op reis 30



30

Veiligheid 34



37

Kosten en verzekering 37

Meer informatie 42

# ZUURSTOF IS VAN LEVENSBELANG

**BEWEGEN, PRATEN, DENKEN:** bij alles wat we doen gebruiken we energie, zelfs als we slapen. Ons lichaam maakt energie door voedsel te verbranden en daarvoor is zuurstof nodig. Door adem te halen krijgen we normaal gesproken voldoende zuurstof binnen. Maar als de longen niet goed functioneren door ziekte, kan extra zuurstof nodig zijn.

## ZUURSTOF IN, KOOLZUUR UIT

Tijdens het inademen komt er zuurstof in onze longen, waar het wordt opgenomen in het bloed. Het bloed brengt de zuurstof naar alle delen van ons lichaam. Het duurt maar zeven seconden voordat de zuurstof uit de lucht in je hersenen of kleine teen is. De zuurstofarme en kooldioxiderijke lucht (koolzuur) ademen we weer uit.

## WANNEER HEEFT U EXTRA ZUURSTOF NODIG?

De hoeveelheid zuurstof in het bloed heet de saturatie. Bij gezonde mensen zit de zuurstofsaturatie tussen 95 % en 99 %. Door een longziekte kan dit dalen naar minder dan 90 %. Dat maakt benauwd en moe en na verloop van tijd ontstaat er zuurstofgebrek in organen als het hart en de hersenen. Ook kunt u ervan in de war raken. Als de zuurstofsaturatie steeds te laag is, is daarom extra zuurstof nodig om schade te voorkomen. Een longarts kan na een aantal metingen vaststellen of dat bij u het geval is.

### KORTE TERMIJN-ZUURSTOF THERAPIE:

- Na een ziekenhuisopname om het herstel te bevorderen.
- Tijdens het sporten of andere inspanning.

### LANGE TERMIJN-ZUURSTOF THERAPIE:

- Bij chronische (long-)ziekten\* zoals ernstig COPD, astma of zeldzame longziekten kan dagelijks extra zuurstof nodig zijn. Voor deze groep is dit boekje vooral bedoeld.

## HOEVEEL ZUURSTOF HEEFT U NODIG?

Hoeveel extra zuurstof u nodig heeft, hangt af van het zuurstoftekort in uw bloed. De arts schrijft minimaal 16 uur per dag voor. Dit zal grotendeels 's nachts zijn. Tijdens het slapen ademen we namelijk oppervlakkiger, waardoor er eerder zuurstoftekort ontstaat. Maar het kan zijn dat u 24 uur per dag zuurstof nodig heeft. Voor zuurstofgebruik bij inspanning en in de laatste levensfase gelden er andere regels.

\* Longfibrose, pulmonale hypertensie, cystic fibrosis, alfa-1 antitrypsine deficiëntie, en andere (chronische) ziektes

Het gemiddelde gebruik is één á twee liter per minuut. Niet alleen te weinig, maar ook te veel zuurstof kan schadelijk zijn. Houd u zich dus altijd aan het voorschrift van de arts.

### **BIJWERKINGEN**

Zuurstof heeft geen ernstige bijwerkingen.

Wel kunt u last krijgen van:

- ➔ Een droge neus, vooral als u meer dan vier liter per minuut gebruikt. Met een luchtbevochtiger is dit deels te voorkomen. Tegen irritatie van het neus-slijmvlies helpt carbomeerwatergel. Dit is zonder recept verkrijgbaar bij de apotheek.
- ➔ Irritatie van de neus, keel of oren door de neusbril. Er zijn beschermers van schuim voor de oren beschikbaar.
- ➔ Huidirritatie. Gebruik hierbij alleen crèmes op waterbasis.



**‘De zuurstof houdt  
mij in leven’**

Tanja Goed,  
*heeft COPD*

## WIE ZIJN ER ALLEMAAL BIJ BETROKKEN?

Wie thuis extra zuurstof gebruikt, krijgt met allerlei instanties en professionals te maken.

- Een longarts bepaalt of u extra zuurstof nodig heeft en hoeveel. Ook bekijkt hij welke vorm het beste aansluit bij uw situatie.
- De longarts of longverpleegkundige vraagt de zuurstof aan en overlegt als het nodig is met de zorgverzekeraar of leverancier. Hij houdt een speciaal spreekuur waarbij zowel u als uw naasten vragen kunnen stellen. Als u nog rookt begeleidt de longverpleegkundige u bij het stoppen met roken.
- Een gespecialiseerde fysiotherapeut kan u begeleiden bij het sporten met zuurstof, zodat u aan uw conditie kunt werken.
- De apotheker controleert of het zuurstofgebruik samen kan met overige geneesmiddelen van de patiënt.



**‘Ik ben gestopt met roken door steeds een stukje zuurstok te pakken’**

Janetta Heilhof,  
heeft COPD

- De zorgverzekeraar koopt zorg in bij de leverancier. Samen maken zij afspraken over onder andere de dienstverlening. Met welke leveranciers contracten zijn afgesloten, verschilt per zorgverzekeraar.
- De leverancier bepaalt samen met de longarts welke zuurstofvorm u krijgt en levert het bij u thuis.
- Het Longfonds geeft informatie en advies. Ook zet het Longfonds zich in voor goede (zuurstof-)zorg voor mensen met een longziekte.

**ONGEVEER 24.000  
NEDERLANDERS  
GEBRUIKEN THUIS  
ZUURSTOF**

## **WAT U ZELF KUNT DOEN**

Extra zuurstof kan de kwaliteit van uw leven sterk verbeteren, maar het is geen kleinigheid om er afhankelijk van te zijn. Dit kunt u zelf doen om de therapie te bevorderen:

1. Rook niet. Roken doet het effect van de zuurstof teniet en zuurstof wordt daarom niet voorgeschreven als u nog rookt. Bovendien is het erg gevaarlijk vanwege het risico op brand- en ontploffing. Ook andere mensen mogen daarom niet in uw buurt roken.
2. Beweeg voldoende. Beweging 'leert' spiercellen beter om te gaan met zuurstof. Probeer daarom een half uur per dag actief te zijn.
3. Volg de voorschriften van uw arts goed op. Zuurstoftherapie heeft namelijk alleen zin bij regelmatig en juist gebruik.

A man with glasses and a pink shirt is sitting on a blue wooden bench outdoors. He is holding a black folder or book. To his left is a grey portable oxygen concentrator with a white tube connected to his nose. The background is a wooden fence and some greenery.

## ‘Ik kan weer wandelingen maken met mijn vrouw’

**Hans Thunnissen (60):** ‘Ik heb longfibrose waardoor ik erg kortademig ben. Daarom ga ik elk jaar in de winter een paar weken naar Curaçao. De laatste keren voelde ik me tijdens het vliegen niet lekker. Mijn longarts deed een vliegtest waarbij de omstandigheden in het vliegtuig worden nagebootst. Hieruit bleek dat mijn zuurstof-saturatie onder de 80 % zakte, terwijl ik normaal in rust op 90 % zit. Daarom gebruik ik nu zuurstof tijdens de vlucht. Dat scheelt enorm, ik kom helemaal fit aan. Ik heb een mobiele concentrator van ongeveer tien kilo die ik in een rij-koffertje meeneem. Er is wel een lichtere versie voor in een rugzak, maar die zit nu nog niet in het assortiment bij mijn leverancier. Ik vind een concentrator een erg goede oplossing omdat er geen zuurstofflessen nodig zijn. Sinds kort gebruik ik de concentrator ook bij inspanning en kan ik weer wandelingen maken met mijn vrouw.’



**Mogelijkheden:**

# WAT IS ER OP DE MARKT?

Er zijn drie standaard zuurstofsystemen voor thuis met verschillende eigenschappen. Daarnaast zijn er allerlei mobiele systemen op de markt. Bij alle soorten gaat de zuurstof via een slangetje uw neus in, waar het zich vermengt met de lucht die u inademt.



## **VASTE CONCENTRATOR**

De vaste zuurstofconcentrator filtert zuurstof uit de lucht. Goede ventilatie is daarom belangrijk.

### **EIGENSCHAPPEN:**

- Eenmalige thuisbezorging, de concentrator hoeft nooit te worden bijgevuld.
- Eenvoudig te plaatsen.
- Eenvoudig in het gebruik.
- Veilig.
- Geschikt voor de nacht en voor mensen die weinig mobiel zijn.
- Een zuurstofslang verbindt u met de concentrator. Hierdoor is uw bewegingsvrijheid beperkt.
- Werkt op elektriciteit. Het hogere stroomgebruik wordt (deels) vergoed.
- Een concentrator maakt geluid. Dit kan als hinderlijk worden ervaren.
- Voor buitenshuis is er een draagset (zuurstoffles). Voor sommige mensen is die te zwaar.

**TIP:** zet de concentrator als het kan 's nachts in een ruimte naast de slaapkamer met de slang door de muur, dan heeft u geen last van het geluid.

Er is ook een vaste **zuurstofconcentrator met een vulstation** en navulbare flesjes. Dit apparaat heeft dezelfde kenmerken als een gewone concentrator. Bovendien kunt u er zelf zuurstofflesjes van ongeveer tweeëneenhalve kilo mee vullen. Dit zorgt voor meer bewegingsvrijheid, zowel in huis als buitenshuis. Het vullen van de flesjes vraagt enige handigheid.



## ZUURSTOFFLESSEN

Bij een vaste concentrator wordt als noodstelsysteem een grote zuurstoffles geleverd van tien liter. Dit is nodig als de stroom uitvalt. Daarnaast zijn er zuurstofflessen van twee liter die u kunt gebruiken als u naar buiten gaat. Deze wegen vijf kilo. Bevestigd aan een scootmobiel of een rollator, is dat nog prima te doen. Er bestaan ook speciale draagtassen voor de flessen.

### EIGENSCHAPPEN:

- Geruisloos.
- Wordt soms geleverd met een draagset, samen met zuurstoffles weegt dit ongeveer vijf kilo.
- Bij het verwisselen van de flessen moet de drukregelaar (die stelt het aantal liters per minuut in) worden overgezet. Dit vergt enige handigheid.
- Wekelijkse of maandelijks bezorging (varieert per gebruik).

## VLOEIBARE-ZUURSTOFSYSTEMEN

Bij een systeem met vloeibare zuurstof krijgt u thuis een moedervat. Er zit een kleine draagbare tank bij (met of zonder bespaarsysteem) die u kunt bijvullen.

### EIGENSCHAPPEN:

- Vloeibare zuurstof is zeer geconcentreerd. Hierdoor kunt u, afhankelijk van de liters per minuut en of u een bespaarsysteem heeft, 2 tot 8 uur met een kleine tank op pad.
- Mensen die veel liters per minuut nodig hebben, kunnen alleen dit systeem gebruiken als zij mobiel willen zijn.
- Het moedervat sist en voelt koud aan. Dat komt omdat vloeibare zuurstof verdampt en 'langzaam uit de tank lekt'.
- Niet geschikt bij bovenverdiepingen zonder lift, vanwege het gewicht van de tank.
- Tijdens het bijvullen is er een kleine kans op wonden door bevrozing.
- Er wordt wekelijks of een paar keer per maand thuisbezorgd.



## MOBIELE ZUURSTOFSYSTEMEN

Wie minimaal drie keer per week een paar uur op pad gaat, krijgt in de regel een 'vaste' en een 'mobiele' voorziening. De mobiele voorziening kan een systeem met vloeibare zuurstof zijn of een oplaadbare mobiele concentrator. Maar ook een vaste zuurstofconcentrator met navulbare flesjes geeft bewegingsvrijheid.



U kunt niet zelf uit de verschillende soorten kiezen. Welke u krijgt, hangt af van de volgende factoren:

1. Het aantal uren dat u op pad gaat.
2. Het zuurstofgebruik.
3. De huisvesting.

De leverancier kiest uit de beschikbare systemen de geschiktste en houdt hierbij rekening met uw wensen en (lichamelijke) mogelijkheden. Ga hierover zo nodig in gesprek met uw behandelaar en de leverancier.

U kunt ook overwegen om zelf een mobiel zuurstofstelsysteem aan te schaffen via de leverancier of het Longfonds. De kosten variëren tussen de € 1500 en € 6000. Ga wel van tevoren na of het systeem geschikt voor u is. Meer over de verschillende mobiele systemen leest u op [longfonds.nl/zuurstof-en-COPD](http://longfonds.nl/zuurstof-en-COPD) of op de website van uw leverancier.

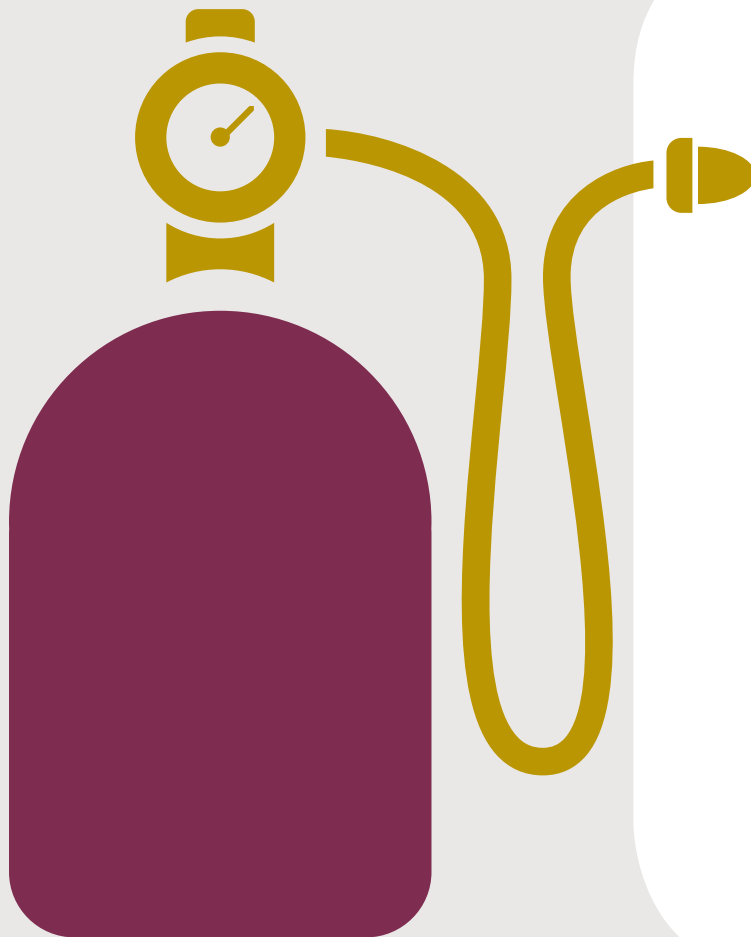


## BESPAARSYSTEEM

Bij draagsets voor vloeibare en gewone zuurstofflessen is een bespaarsysteem mogelijk. Vrijwel alle mobiele concentratoren en de thuisvulsystemen zijn hiermee uitgerust. Een bespaarsysteem heet ook wel een 'pulse' of een 'on demand'-systeem. Hierbij komt alleen zuurstof vrij als u inademt. Zonder bespaarsysteem komt er altijd zuurstof uit de slang. Dit noemt men 'continue afgifte'. Een bespaarsysteem is zuiniger, maar alleen geschikt voor wie met genoeg kracht via de neus kan inademen. Voor het gebruik van het bespaarsysteem is toestemming van uw longarts nodig.

## WAT VERDER NODIG IS...

- Meestal loopt de zuurstof via een neusbriil naar de longen. Dit is een flexibel kunststofslangetje waarbij de uiteinden in de neus zitten.
- De zuurstof kan in bijzondere gevallen via een halsslangetje naar de longen lopen. Hierbij is een klein gaatje in de luchtpijp gemaakt, net onder de adamsappel. Het slangetje is makkelijk te verbergen onder een sjaaltje.
- De verlengslang mag tot 15 meter lang zijn en moet een of twee keer per jaar worden vervangen.



## WELK SYSTEEM IS GESCHIKT VOOR MIJ?

.....

'Ik wil graag regelmatig op bezoek bij mijn familie, maar met mijn zuurstofsysteem lukt dat niet. Is er iets anders mogelijk?'

Zit u met een soortgelijke vraag?

Praat erover met uw arts en leverancier.

U heeft zelf namelijk invloed op welk zuurstofsysteem u krijgt. Wel moet het aansluiten bij uw persoonlijke mogelijkheden.

En ook de keuzes van uw arts, zorgverzekeraar en leverancier spelen een rol.



## PERSOONLIJKE SITUATIE

Uit de verschillende systemen van de zuurstofleverancier wordt gezocht naar de combinatie die het beste bij u past. Hierbij speelt mee hoeveel zuurstof u nodig heeft, wat uw woonsituatie is en hoe vaak u op pad wilt.

## MAAK UW WENSEN KENBAAR

Als u een zuurstofstelsysteem heeft waarmee u niet zo goed uit de voeten kunt, dan kunt u een aantal dingen doen.

1. Bespreek uw wensen met de leverancier en/of longarts en longverpleegkundigen. Zij zullen samen met u bekijken of er een andere oplossing mogelijk is.

2. Heeft u moeite om uw wensen kenbaar te maken? Neem iemand mee naar het gesprek.

3. Weet wat er op de markt is. Onderzoek (eventueel samen met iemand) het aanbod van verschillende zuurstofleveranciers op internet. En bekijk het overzicht van zuurstofsystemen op de website van het Longfonds via: [longfonds.nl/zuurstof-en-COPD](https://longfonds.nl/zuurstof-en-COPD).

4. Kies uw zorgverzekeraar zorgvuldig. Bekijk met welke zuurstofleveranciers deze een contract heeft afgesloten. Afhankelijk van de zorgverzekeraar krijgt u vakantieleveringen in het buitenland gedeeltelijk of grotendeels vergoed.

5. Bedenk: hoe actiever u kunt zijn, hoe beter het is voor uw gezondheid en levensgeluk!

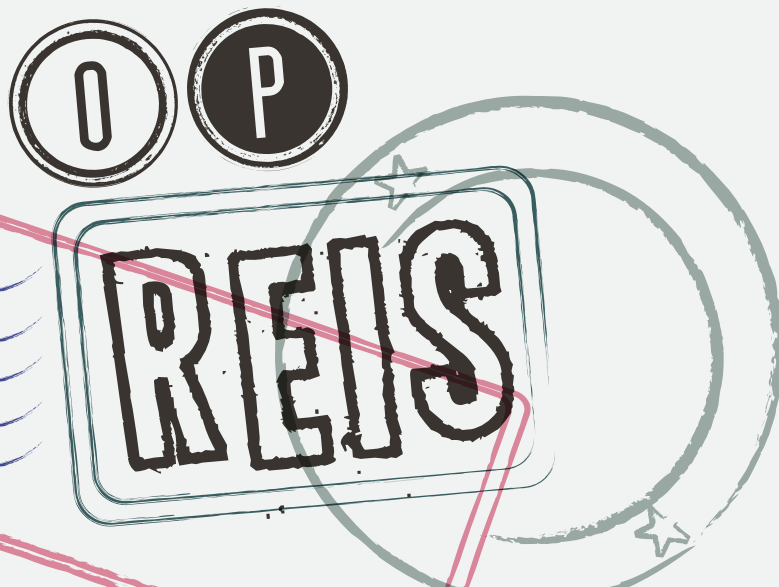
**'Ik neem de zuurstof  
gewoon mee het  
vliegtuig in'**



**Hans Beije (70):** 'Ik heb sinds vijftien jaar COPD en in 2009 werd het zo ernstig dat ik 24 uur per dag zuurstof nodig had. Maar dat heb ik weten terug te brengen tot alleen 's nachts en bij inspanning. Hoe? Met wilskracht en eigen inzet! Zo zorgde ik dat ik een fysiotherapeut kreeg die is gespecialiseerd in COPD. Bij COPD moet namelijk goed in de gaten worden gehouden dat je rust neemt zodra je onder de saturatiegrens komt. Anders verzuren je spieren en wil je nog maar een ding: op de bank zitten.

Daarnaast ben ik op internet gaan zoeken naar een zuurstofstelsel dat mijn bewegingsvrijheid zo min mogelijk beperkt. Ik heb nu een gewone concentrator en een draagbare versie met een accu. Tijdens vakanties gaan beide systemen mee het vliegtuig in. Het is iets meer geregeld, maar het kán. Als je een beetje inventief bent, hoef je echt niet achter de geraniums te gaan zitten!

Ook met zuurstof kunt u prima op vakantie. Het vraagt wel wat meer voorbereiding en – wanneer u naar het buitenland gaat – meer kosten. Neem 4 tot 6 weken voor de vakantie contact op met uw leverancier en zorg voor een recente medische verklaring van uw arts.



## **MET DE AUTO**

Een mobiele concentrator die via de accu van de auto wordt opgeladen, is een goede oplossing voor onderweg. Andere opties zijn een draagbare zuurstoffles of een draagset voor vloeibare zuurstof. Neem altijd een back-up mee (of laat deze plaatsen op bestemming) en zorg voor goede ventilatie in de auto. Let ook op dat u de zuurstof als het even kan niet in de auto achterlaat. De vaste concentrator of zuurstoffles mag ook mee in de auto. Het moedervat met vloeibare zuurstof niet. Sluit de afsluiter altijd goed af, ook al is de tank leeg.

## **VLIEGEN**

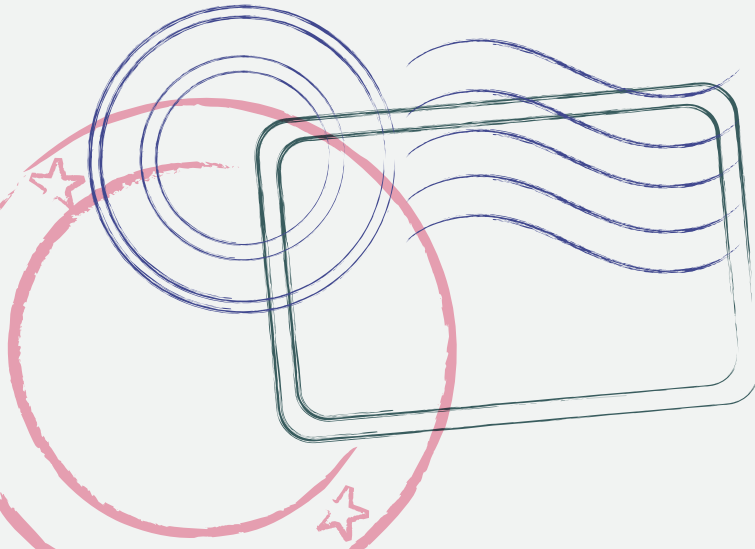
Vraag voordat u wilt gaan vliegen toestemming van uw longarts. Gaat hij akkoord, informeer dan of u extra zuurstof nodig heeft tijdens de vliegreis. In het vliegtuig is de luchtdruk namelijk anders dan op de grond.

Bepaalde mobiele concentrators mag u tijdens de vlucht gewoon gebruiken. Is dit niet het geval, dan kunt u deze wel meenemen voor op de bestemming, maar krijgt u in het vliegtuig zuurstof van de vliegmaatschappij. Kijk op de website wat de voorwaarden zijn. De extra kosten voor zuurstof tijdens de vlucht worden niet vergoed.



## BOOT OF BUS

Voor korte reizen zijn een mobiele concentrator, een zuurstoffles van twee liter en draagtankjes met vloeibare zuurstof geschikt. Op een cruiseschip kunt u vaak de vaste concentrator meenemen of het moedervat met vloeibare zuurstof laten meenemen. De systemen moeten wel goed worden vastgezet. Informeer voor het boeken naar de mogelijkheden.



## OP - VAKANTIE - DOE - LIJSTJE

- » Vraag advies aan uw longarts en leverancier over het zuurstofgebruik onderweg en op de bestemming.
- » Geef bij een boeking altijd aan dat u zuurstof gebruikt. Hotel- of campingeigenaren zijn niet verplicht om de boeking te accepteren.
- » Zorg voor een reisverzekering.
- » Vraag uw arts om een medische verklaring waarin ook het aantal liters per minuut staat.
- » In principe leveren erkende leveranciers op aanvraag zuurstof binnen de EU. Vraag dit wel minimaal zes weken van tevoren aan. Zo nodig kunt u contact opnemen met een andere zuurstofleverancier.
- » Ook de organisatie Eurocross helpt bij het regelen van medische voorzieningen op uw vakantieadres. Kijk op [eurocross.nl](http://eurocross.nl) of bel (071) 36 41 877.

Zuurstof zelf is niet brandbaar,  
maar materialen gaan er eerder  
en heftiger door branden.  
Voorkom ongelukken en  
houd u altijd aan de  
veiligheidsvoorschriften.

# VEILIGHEID



## HANDIGHEID

Voor uw veiligheid is het belangrijk dat u goed met het zuurstofsysteem kunt omgaan. Dit geldt voor zowel vloeibare zuurstof als bij de vaste concentrator met navulbare flesjes.

## ROKEN

Als u rookt, is het noodzakelijk om daarmee te stoppen. Roken doet de gezondheidseffecten van de zuurstof namelijk teniet. Bovendien ontstaat er makkelijk brand als in de buurt van het zuurstofsysteem wordt gerookt. Zorg dus dat anderen ook niet bij u in de buurt roken. Vindt u het lastig om dat steeds te zeggen? Plak dan een 'Verboden met roken'-sticker op een opvallende plek in huis. Deze krijgt u van uw leverancier.



## BRANDWEER

In sommige gemeentes is het verplicht om de brandweer op de hoogte te brengen als u zuurstof in huis heeft. Dat geldt met name bij vloeibare zuurstof. Informeer daar naar bij uw gemeente of de plaatselijke brandweer.

## VUUR, VENTILATIE EN VET

Plaats zuurstof nooit in de buurt van open vuur, warmtebronnen en elektrische apparatuur. Koken op inductie is een veiligere optie dan gas. Vet en olie kunnen spontaan ontbranden bij contact met pure zuurstof. Hetzelfde geldt voor alcohol. Zorg dus dat het zuurstof-systeem niet in aanraking komt met vet, boter, olie, zalf of alcohol. Ook huidsmeer is een vorm van vet. Was voor het gebruik van zuurstof daarom altijd goed uw handen. Ventileer de ruimte waarin de zuurstof-apparatuur staat altijd goed.



# Kosten & verzekeringen

Zuurstof is erg duur, maar gelukkig worden veel kosten vergoed vanuit het basispakket. Alleen zuurstoflevering in het buitenland is verschillend geregeld per zorgverzekeraar. Vraag hiernaar bij het wisselen van zorgverzekering.

## THUIS

De kosten voor het thuisgebruik zijn gedekt in het basispakket. Zijn er extra stroomkosten? Dan zijn die gedekt voor een vaste concentrator, niet voor een thuisvulsysteem of mobiele concentrator. De hoogte van de vergoeding verschilt per zorgverzekeraar.

## VAKANTIE

De kosten voor zuurstoflevering in het buitenland zijn afhankelijk van de bestemming, de tijdsduur en het zuurstofsysteem. Vraag daarom van tevoren een offerte op bij uw leverancier. Levering kan soms maar voor een beperkt aantal weken en de extra kosten worden niet vergoed in het basispakket. Sommige verzekeraars vergoeden wel een deel van de kosten.

## VERZEKERING

Check in de polis van uw inboedel- en opstalverzekering of het gebruik van zuurstof is gedekt en onder welke voorwaarden. Is het onduidelijk? Vraag het na, dan zit u niet in onzekerheid bij schade. Neemt u op vakantie apparatuur mee die u leent van de leverancier, meld dit dan bij de reisverzekering en de leverancier.

# SAMEN STERKER

De Longfonds patiëntenvereniging zet zich actief in voor mensen met een longziekte, zoals astma en COPD. Zo zetten we onderwerpen op de agenda in de zorg of in politiek Den Haag. Onderwerpen die voor u belangrijk zijn. Zo wil het Longfonds (voorheen Astma Fonds) dat scholen niet vlak langs de snelweg worden gebouwd, voeren we campagne om te voorkomen dat kinderen beginnen met roken en vinden wij dat iedere longpatiënt recht heeft op de beste medicijnen – in plaats van de goedkoopste.

## GRATIS KENNISMAKEN

Maak kennis met onze vereniging en ontvang onder andere een half jaar gratis LONGWIJZER. LONGWIJZER is het magazine van de Longfonds patiëntenvereniging. Hierin staan ervaringsverhalen van mensen met een longziekte, tips en informatie over longen. Ga voor meer informatie naar [longfonds.nl/kennismaken](https://longfonds.nl/kennismaken)

# HALF JAAR GRATIS LONG WIJZER?

Ga naar [longfonds.nl/kennismaken](https://longfonds.nl/kennismaken)



# MEER WETEN?

Uw arts en longverpleegkundige kunnen u meer vertellen over het gebruik van zuurstof.

De leverancier kan u alles vertellen over de mogelijkheden en werking van zuurstofsystemen en de kosten tijdens vakanties.

De organisatie Eurocross helpt bij het regelen van medische voorzieningen op uw vakantieadres en in geval van nood. Kijk op [eurocross.nl](http://eurocross.nl) of bel (071) 36 41 877.

## LONGFONDS

Bel op werkdagen voor een persoonlijk gesprek met een medewerker van de Advieslijn. Deze is bereikbaar via telefoonnummer (0900) 227 25 96 (€ 0,10 p.m.) of e-mail [advieslijn@longfonds.nl](mailto:advieslijn@longfonds.nl). Ook vindt u veel informatie op [longfonds.nl](http://longfonds.nl).

Dit boekje werd financieel mede mogelijk gemaakt door:



[www.zorgenzekerheid.nl](http://www.zorgenzekerheid.nl)



[www.eno.nl](http://www.eno.nl)

## ZUURSTOFLEVERANCIERS

### Linde Healthcare Benelux

Homecare  
Postbus 325  
5600 AH Eindhoven  
t (088) 32 76 355  
[zuurstof.nl@linde.com](mailto:zuurstof.nl@linde.com)  
[linde-healthcare.nl](http://linde-healthcare.nl)

### Medidis BV

Postbus 1093  
8200 BB Lelystad  
t (0320) 26 76 00  
[info@medidis.nl](mailto:info@medidis.nl)  
[medidis.nl](http://medidis.nl)

### VIVISOL Nederland BV

Swaardvenstraat 27  
5048 AV Tilburg  
t (013) 52 31 022  
[zuurstof@vivosol.nl](mailto:zuurstof@vivosol.nl)  
[vivosol.nl](http://vivosol.nl)

### VitalAire

Langendijk 27A  
5652 AX Eindhoven  
t (040) 25 03 502  
[info@vitalaire.nl](mailto:info@vitalaire.nl)  
[vitalaire.nl](http://vitalaire.nl)

### Westfalen Medical BV

Postbus 124  
7400 AC Deventer  
t (0570) 85 84 50  
[info@westfalenmedical.nl](mailto:info@westfalenmedical.nl)  
[westfalenmedical.nl](http://westfalenmedical.nl)



a.s.r.  
de nederlandse  
verzekerings  
maatschappij  
voor alle  
verzekeringen

[www.asr.nl](http://www.asr.nl)

[www.onvz.nl](http://www.onvz.nl)



**Longfonds**  
(voorheen Astma Fonds)

Postbus 627  
3800 AP Amersfoort  
[info@longfonds.nl](mailto:info@longfonds.nl)

Dit boekje werd financieel mede mogelijk gemaakt door:



[www.achmea.nl](http://www.achmea.nl)



[www.cz.nl](http://www.cz.nl)



[www.linde-healthcare.nl](http://www.linde-healthcare.nl)



[www.medidis.nl](http://www.medidis.nl)



[www.menzis.nl](http://www.menzis.nl)



[www.vgz.nl](http://www.vgz.nl)



[www.vitalaire.nl](http://www.vitalaire.nl)



[www.vivisol.nl](http://www.vivisol.nl)

**Volg ons op:**

 @longfonds

 facebook.com/longfonds

 youtube.com/longfonds



**Westfalen**

[www.westfalenmedical.nl](http://www.westfalenmedical.nl)

**longfonds.nl**

Gezonde longen, van levensbelang