

'Veel meer lucht en energie'

Door zijn jarenlange werk in de bouw en door stevig te roken heeft de nu 55-jarige Jan Huibers COPD opgelopen, een verzamelterm voor chronische aandoeningen aan de longen. De ziekte benam hem zo letterlijk de adem dat hij de lucht en energie niet meer had om ook maar een klein stukje te lopen of de trap op te komen. Via het internet kwam hij in contact met geactiveerde zuurstoftherapie. Na twee dagen proberen wist hij het zeker: de geactiveerde zuurstoftherapie-therapie helpt. Nu, ruim een jaar later, is hij weer deels aan het werk en onderneemt hij weer van alles.

Eén van de gevolgen van COPD-gerelateerde klachten is dat de patiënt letterlijk onvoldoende lucht krijgt om dingen te ondernemen. Een stukje wandelen wordt te zwaar en zelfs het douchen of in bad gaan wordt een ware bezoeking. 'Ik kon bijna helemaal niks meer', vertelt Jan Huibers. 'Ik kon nog geen 25 meter meer lopen en aan werken hoefde ik al helemaal niet te denken. Ik had het zo benauwd dat ik vrijwel niks meer kon.'

Proefplaatsing

Na de eerste contacten met geactiveerde zuurstoftherapie kon Jan Huibers voor twee dagen een proefplaatsing van het apparaat regelen. 'Ik merkte na die twee dagen al een heel groot verschil. Ik voelde me fitter en kreeg meer lucht. Ik heb toen direct zelf een apparaat aangeschaft. Daar maakte ik in het begin dagelijks gebruik van. Hoe meer ik het gebruikte, hoe beter ik me ging voelen.'

Longtest

Uit onderzoek bij de longarts werd al snel duidelijk dat Jan z'n gevoel klopte. 'Ik scoorde veel beter op de longfunctietest. Ook de zuurstofwaarde in mijn bloed was opgelopen van onder de 70 tot boven de 90, wat heel goed is voor een COPD-patiënt. Mede daardoor is mijn arts ook enthousiast geworden over geactiveerde zuurstoftherapie.'

Aan de slag

Een jaar later voelt Jan Huibers zich goed. 'Ik voel me zoveel beter, ik onderneem weer van alles. Ik zit dagelijks op de trimfiets en ik ben weer bezig met allerlei klusjes. Ik heb weer energie om dingen te maken en merk dat ik niet gelijk buiten adem raak als ik me inspan. De geactiveerde zuurstoftherapie werkt echt goed voor mij, ik zou het iedereen met vergelijkbare klachten aanraden. Het effect is vooral op de langere termijn merkbaar. Natuurlijk helpt het ook dat ik ben gestopt met roken, dat lucht ook op. Ik denk dat een gezondere leefstijl in combinatie met geactiveerde zuurstoftherapie me heeft gebracht waar ik nu ben.'

Inmiddels anderhalfjaar later meldt Jan Huibers: 'Ik ben al meer dan een half jaar van de zuurstof af, ik kan 500 meter aaneen stuk lopen, ik werk weer in de schuur en ik heb sinds anderhalfjaar geen antibiotica of Prednison meer geslikt'. Een resultaat dat er mag zijn!