

## Oksygenbehandling ved klasehodepine

Oksygenbehandling har vist seg å være en effektiv anfallsbehandling ved klasehodepineanfall. Alle pasienter med diagnosen klasehodepine bør få forsøke dette. Det kan være et godt alternativ eller supplement til sumatriptaninjeksjoner eller annen medisinsk behandling. Det er en trygg behandling uten bivirkninger eller kontraindikasjoner. Ofte blir pasienten anbefalt å teste oksygen på legevakten ved anfall før det bestilles oksygenutstyr. Enkelte nevrologiske avdelinger låner ut oksygenkolber som kan forsøkes hjemme.

### Bestilling

Bestilling gjøres av spesialist. Opplæring gis vanligvis av en sykepleier. Du har mulighet for å låne store flasker med oksygen som du har hjemme, og litt mindre transportable flasker for å ta med på jobb. Størrelse og antall flasker velges etter forventet bruk/behov, og dessuten kan utstyr etterbestilles. Pasienter med klasehodepine skal ikke ha såkalt oksygenkonsentrator da dette ikke gir konsentrert nok oksygen til å avbryte anfallene.

### Utlevering

I Norge er det 18 ulike avdelinger som leverer ut behandlingshjelpemidler. Utstyret leveres vanligvis i løpet av få dager.

### Påfyll av oksygen (O<sub>2</sub>)

Når oksygenkolben begynner å bli tom må brukeren ta kontakt med oksygenleverandøren for å få skiftet til en ny kolbe. Når flasker leveres ut tas de tomme i retur. Hvis du har spørsmål vedrørende leverandør av oksygen, ta kontakt med din lokale utdeler av behandlingshjelpemidler. Det er mulig å hente flasker selv på hverdager hos en del behandlingshjelpemiddelsentraler. Forbruksmateriell (f.eks. masker) bestilles hos «behandlingshjelpemidler».

### Dose O<sub>2</sub>

Pasienten starter som oftest med en oksygenflyt på 10-15 l/min. Pasienten må selv justere seg frem til den dosen som gir raskest effekt. Pasienten kan benytte oksygen på alle anfall, uansett antall anfall pr. dag.

### Retur av oksygenutstyr

Kommer din klasehodepine i avgrensede anfallsperioder skal du levere inn oksygenkolben når anfallsperioden er over. Utstyret som ikke lenger er i bruk SKAL RETURNERES. Det er veldig viktig siden sykehuset betaler døgnleie for apparatet. Når anfallsperioden er over kontakter du avdelingen som bestilte utstyret eller behandlingshjelpemiddelsentralen. Enkelte steder kan du levere det selv, andre steder vil de organisere henting av utstyret.

### Bestille på nytt

Om du har levert inn oksygenapparatet og igjen har behov for oksygen tar du kontakt med avdelingen som bestilte oksygen for deg. Om det er gått under 5 år siden forrige behandlingsperiode og du trenger det samme utstyret som i forrige periode er det nok at en ved avdelingen åpner søknaden om behandlingshjelpemidler og lager et følgeskriv som sendes til «Behandlingshjelpemidler».

### Pris

Leien av apparatet betales av sykehuset og medfører ingen utgifter for deg.

### Oksygenmaske

Når apparatet blir utlevert kommer det med en oksygenmaske for bruk ved klasehodepine. De fleste pasientene har effekt av den. Maskene som anbefales er «ClusterO2 Kit». Det er viktig at masken har stort reservoar, og at oksygenstrømmen holder reservoaret delvis oppfylt. Enkelte pasienter har behov for en annen type maske. Har du manglende effekt av masken du har fått utlevert kan du ta kontakt med den avdelingen som bestilte utstyret til deg. Masken bør rengjøres og skiftes regelmessig.

### Sikkerhet og plassering

Oksygen er en brennbar gass uten lukt og farge under høyt trykk. Pass på at oksygenutstyret alltid er avstengt når det ikke er i bruk, da oksygen som strømmer ut kan «mette» tekstiler i nærheten og gi økt brannfare lenge etter at O<sub>2</sub>-kilder er skrudd av. Når utstyret ikke er i bruk skal hovedventilen være stengt og regulatoren stå på 0. Det er absolutt røykeforbud i rom hvor det oppbevares og brukes O<sub>2</sub>. Man bør unngå å bruke åpen ild i rom hvor det brukes oksygen. Det anbefales å holde seg selv og oksygenutstyret i minst to meters avstand til for eksempel peis og levende lys. O<sub>2</sub>-kilden skal aldri dekkes til eller stå i skap. Regulatoren skal kun skrues på med hendene dine. Det skal IKKE brukes tenger eller annet verktøy. Selv om gjengene er trege skal de IKKE smøres med fett.

### Ut å fly

Flyreise krever spesiell planlegging. Du kan finne informasjon på [helsenorge.no](https://www.helsenorge.no)

### Praktisk bruk

1. Koble sammen utstyret.
2. Åpne hovedkranen helt.
3. Still inn antall l/min på regulatoren (f.eks. 12 l/min).
4. Se at reservoaret fylles opp før masken kobles på.
5. Hold masken tett over nese og munn. Evt. klem til metallklypen over nesens når masken er satt på. Riktig innstilling på antall liter per min er når reservoaret akkurat fylles opp mellom inn- og utpust.
6. Du skal stå eller sitte oppreist og ha masken på i hele behandlingsperioden. Pusten trekkes helt ned i magen, med dype innpustinger (gode «magadrag»).
7. Du bør starte behandling med oksygen på maske tidlig i anfallet og holde på i minst 15 minutter.
8. Når behandlingen er ferdig, steng hovedkranen, skru regulatoren på 0 og slipp ut overskuddsoksygen.

[Behandlingshjelpemidler.no](https://www.behandlingshjelpemidler.no)