



Hartinfarct gehad?

Hoe nu verder

Handwriting practice area consisting of multiple rows of light blue dashed lines for tracing.

Cardiologie

Handwriting practice area consisting of multiple rows of light blue dashed lines for tracing, with three colored semi-circles (blue, green, orange) placed in the middle row.

Inhoudsopgave

| Hoofdstuk | Pagina |
|---------------------------------------|--------|
| 1. Uitleg over een hartinfarct | 3 |
| 2. Diagnose en behandeling | 4 |
| 3. Naar huis | 6 |
| 4. Instructies en adviezen voor thuis | 7 |

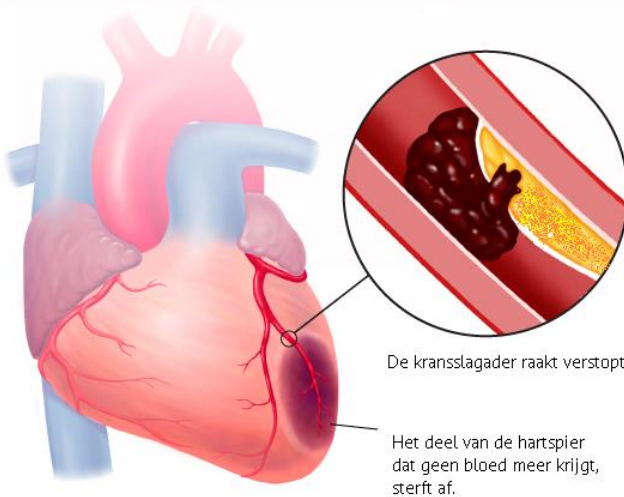
Uitleg over een hartinfarct

Deze folder geeft informatie over de diagnose en behandeling van een hartinfarct. De informatie is bedoeld als aanvulling op het gesprek dat u met de arts heeft gehad. Uw situatie kan anders zijn dan hier beschreven.

Bij een hartinfarct stroomt er geen bloed meer naar een deel van de hartspier. Meestal komt dit door een stolsel in het bloed. Het deel van de hartspier dat geen bloed meer krijgt sterft af.

Meestal ontstaat een hartinfarct door het dichtslibben van een kransslagader. Er zijn twee kransslagaders met zijtakken. Ze liggen om het hart heen. Ze zorgen voor de bloedtoevoer naar het hart.

Heel soms ontstaat een hartinfarct door krampen of 'spasmen' in verder gezonde slagaders. Deze spasmen kunnen komen door het gebruik van bepaalde medicijnen of door hevige stress. Maar vaak is de oorzaak onbekend.



Diagnose en behandeling

De arts stelt vast dat u een hartinfarct heeft doorgemaakt.

Vragen die de arts wil beantwoorden zijn: Hoe groot is de schade aan uw hart? Op welke plek is uw hart beschadigd? Wat is de beste behandeling voor u? Daarvoor is verder onderzoek nodig naar de conditie van uw hart.

U wordt opgenomen in het ziekenhuis. In de eerste dagen bespreekt de arts hoeveel dagen u ongeveer wordt opgenomen.

Diagnose

Verder onderzoek

De arts kan voorstellen om de volgende onderzoeken te doen: een echo, hartkatheterisatie en een fietstest.

Zodra een onderzoek is ingepland, vertelt de arts of verpleegkundige wat u kunt verwachten. Stel gerust vragen als u iets onduidelijk is. Als u dat wilt kunt u schriftelijke informatie krijgen over de onderzoeken.

De uitslag van de onderzoeken

De arts en verpleegkundige informeren u over de resultaten van de onderzoeken, en de gevolgen van het hartinfarct voor uw gezondheid.

De behandeling

Dagelijkse medicijnen

U krijgt dagelijks medicijnen. Dat is nodig om te voorkomen dat u een nieuw hartinfarct krijgt. Tijdens uw verblijf worden de medicijnen aangepast aan uw situatie. De meeste medicatie zult u levenslang gebruiken.

Oefenen met medicijn voor ‘onder de tong’

De verpleegkundige leert u het medicijn voor ‘onder de tong’ te gebruiken. Dat is een tablet of spray die u gebruikt bij druk of pijn op de borst.

Deze medicijnen moet u voortaan altijd bij u hebben. De verpleegkundige vertelt waarom dat nodig is. Stel gerust vragen als u iets niet begrijpt. Het is belangrijk dat u weet hoe u de medicijnen moet gebruiken.

Thuis herstellen met het hartrevalidatie programma

Een hartziekte is zeer ingrijpend. U en uw familie hebben tijd nodig om aan de nieuwe situatie te wennen. U vraagt zich misschien af wat u nog kan en mag. U heeft vragen over de medicijnen of wilt weten hoe u gezonder kunt leven.

Een team van medewerkers geeft advies bij deze vragen en helpt u herstellen. Dit gebeurt tijdens het hartrevalidatie programma. Het team bestaat uit fysiotherapeuten, cardiologen, een diëtiste, een maatschappelijk werkster, een psycholoog en coördinatoren hartrevalidatie.

Het programma start ongeveer twee weken na uw ontslag uit het ziekenhuis.

Wij horen graag van u

Heeft u vragen of twijfelt u ergens over? Geef het aan als u iets niet begrijpt. Is er even geen arts of verpleegkundige in de buurt? Schrijf uw vragen op zodat u ze kunt stellen op een later moment.

Notities:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Naar huis

Voordat u uit het ziekenhuis vertrekt, heeft u een gesprek met de verpleegkundige. Zorg dat u weet wat u thuis kunt verwachten.

De verpleegkundige neemt enkele praktische zaken met u door. Stel gerust vragen, zoals: Wat mag ik thuis wel en niet doen? Bij wie kan ik terecht met vragen en problemen? U krijgt mee naar huis:

- Uw dagelijkse medicijnen:
 - Ascal of Acetylsalicylzuur
 - Clopidogrel of Efiënt of Ticagrelor
 - Betablokker (eindigt op 'lol')
 - Ace-remmer (eindigt op 'pril')
 - Statine (eindigt op 'statine')
- Medicijn voor 'onder de tong' (NTG-spray of Isordil)
- Hartfilmpje
- Medicijnlijst (actueel medicatie overzicht)
- Informatie over het hartrevalidatie programma
- Adviezen voor thuis
- Een vervolgspraak

Tip: Krijgt u minder dan 6 medicijnen mee? Vraag de verpleegkundige dan om uitleg.

Vervoer naar huis

Zorg dat iemand u kan ophalen uit het ziekenhuis en dat er thuis iemand is op wie u een beroep kunt doen.

Rolstoeltaxi

Maakt u voor het vervoer naar huis gebruik van een rolstoeltaxi, dan betaalt u een eigen bijdrage. U betaalt dit bedrag aan de chauffeur. In de polisvoorwaarden van uw zorgverzekering leest u alles over de vergoeding van het vervoer met de rolstoeltaxi.

Instructies en adviezen voor thuis

U werkt thuis verder aan uw herstel. Wij helpen u daarbij met deze adviezen en instructies.

Luister naar uw eigen lichaam

U mag uw dagelijkse bezigheden weer oppakken op het moment dat u eraan toe bent. Luisteren naar uw eigen lichaam betekent ook dat u best mag rusten wanneer u moe bent. Gun uzelf de tijd om te herstellen.

Piekeren of slechter slapen

Naast opluchting om weer thuis te zijn, kunt u zich ook somber of angstig voelen. Mogelijk heeft u moeite om uw gedachten bij een gesprek of tv-programma te houden of slaapt u slecht. Schrikt u hier niet van. U leert leven met een hartziekte; deze klachten kunnen daarbij horen.

Medicijngebruik

Neem uw medicijnen in volgens de aanwijzingen op het etiket. Heeft u vragen over het gebruik van de medicijnen of last van bijwerkingen? Stop niet met de behandeling. Neem contact op met uw arts om een oplossing te zoeken voor uw probleem.

De deur uit? Medicijnen mee

Het is belangrijk dat u anderen altijd alle informatie over uw gezondheid kunt laten zien. Gaat u de deur uit? Neem het hartfilmpje, de medicijnlijst en de medicijnen voor 'onder de tong' (NTG-spray of Isordil) mee in uw handbagage.

Wandelen

U mag in een rustig tempo wandelen. Bouw het langzaam op: wandel elke dag een stukje verder.

Seksuele activiteiten

Kunt u twee trappen oplopen zonder klachten te krijgen? Dan bent u fit genoeg om weer seksueel actief te zijn.

Fietsen

Twee weken na het hartinfarct mag u weer fietsen.

Huishoudelijk werk

U mag licht huishoudelijk werk doen. Vermijd zwaar tillen. In de eerste weken mag u geen zware huishoudelijke klussen doen, zoals stofzuigen, bedden opmaken en ramen zemen.

Werken in de tuin

U mag lichte tuinklussen doen. Vermijd zwaar tillen. In de eerste weken mag u geen zware tuinklussen doen.

Autorijden

Vier weken na het hartinfarct mag u weer autorijden. Als bestuurder moet u overal op letten. De medicijnen die u gebruikt kunnen bijwerkingen geven zoals duizeligheid of slaapklachten. Houd er daarom rekening mee dat het autorijden ook ná vier weken vermoeiend kan zijn.

Vakantie

Wilt u op vakantie in de eerste 6 maanden na het hartinfarct? Bespreek uw vakantieplannen met de cardioloog.

Alcohol

U mag dagelijks 2 eenheden alcohol gebruiken.

Meer lezen?

Meer informatie over het hartrevalidatie programma leest u in de folder 'Hartrevalidatie programma'. U kreeg de folder tijdens het intakegesprek voor de hartrevalidatie. Uitgebreide informatie vindt u in de folder 'Verder na een hartinfarct' van de Nederlandse Hartstichting.

Contact opnemen na een opname

Maakt u zich zorgen over uw herstel? Neem contact op met uw huisarts. De huisarts is op de hoogte van uw persoonlijke situatie. U kunt ook contact opnemen met de contactpersoon van de hartrevalidatie of met de polikliniek cardiologie.

Telefoonnummers

| | |
|-------------------------|----------------|
| Hoofdreceptie | 020 - 634 6346 |
| Hartrevalidatie | 020 - 634 6545 |
| Polikliniek cardiologie | 020 - 634 6732 |
| Spoedeisende hulp | 020 - 634 6200 |

Bent u verhinderd?

Heeft u een belangrijke reden waarom u niet kunt komen op uw afspraak? Neem contact op met de polikliniek. Gaat het om een opname? Bel dan het patiënten service bureau. Bel zo snel mogelijk, maar uiterlijk 24 uur voor uw afspraak. Anders brengen wij u helaas een wegblijftarief in rekening. Kijk op bovenij.nl voor het actuele tarief.

Adres BovenIJ ziekenhuis

Bezoekadres

Statenjachtstraat 1
1034 CS Amsterdam

Postadres

Postbus 37610
1030 BD Amsterdam



BovenIJ ziekenhuis Amsterdam
www.bovenij.nl