



Hartfalen

Patiënteninformatie

Algemeen Ziekenhuis Diest
Statiestraat 65 – 3290 Diest – t 013 35 40 11
f 013 31 34 53 – post@azdiest.be – www.azdiest.be

Inhoudsopgave

Voorwoord	5
1 Voorstelling multidisciplinair team.	6
2 Hartfalen	7
3 Oorzaken van hartfalen.	8
4 Symptomen bij hartfalen	9
5 De behandeling bij hartfalen.....	11
6 Leefadviezen met hartfalen.	12
7 Uw verblijf in het ziekenhuis	15
8 Ontslag	16
9 Hoe moet het verder?	18
10 Adressen hulpmiddelenverstrekking.....	19
11 Bereikbaarheid.....	222
12 Uw persoonlijke aantekeningen	23
13 Dagboek voor klachten en activiteiten	24
14 Schema voor het bijhouden van parameters die kunnen wijzen op verergering van hartfalen	26
Nota's	29

Voorwoord

U bent opgenomen op de afdeling cardiologie van het AZ Diest met hartfalen.

Deze folder licht toe wat hartfalen inhoudt, hoe dit wordt behandeld en welke regels u in acht moet nemen.

U kan uw vragen noteren bij de “nota’s” achteraan in deze brochure.

Wij wensen u alvast een spoedig herstel en een aangenaam verblijf toe in AZ Diest.

1 Voorstelling multidisciplinair team

U wordt toevertrouwd aan de professionele zorgen van een geroutineerd multidisciplinair team dat bestaat uit: artsen Hart- en Vaatzieken, verpleegkundigen, diëtisten, maatschappelijk werkster en kinesisten.

Artsen Hart- en Vaatzieken	
	Dr. Gijsbers
	Dr. Moreels
	Dr. Talib
	Dr. Vaes
	Dr. Vanden Bosch
Hoofdverpleegkundige:	
	Steffie Verbraeken
Maatschappelijk werkster:	
	Sigrid Vrancken
Diëtiste:	
	Sarah Nijs
Professionele verpleegkundigen en logistiek medewerkers.	

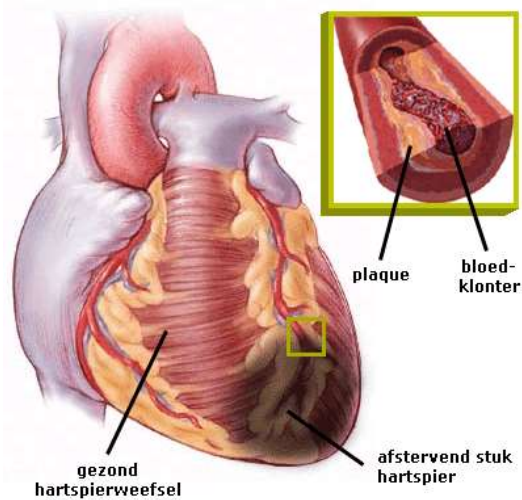
2 Hartfalen

Het hart is een spier, die door samen te trekken, bloed door het lichaam pompt. Bij hartfalen functioneert het hart onvoldoende. De pompkracht van de hartspier is verminderd, waardoor de doorbloeding van organen en spieren minder is. Dit kan leiden tot functiestoornissen en verlies van prestatievermogen van organen en spieren. Dit uit zich in last van kortademigheid, vermoeidheid en soms ook dikke voeten en benen.

3 Oorzaken van hartfalen

De oorzaken van hartfalen kunnen zijn:

- Eén of meerdere hartinfarcten
- Slechte doorbloeding van de hartspier
- Langdurig hoge bloeddruk
- Slecht functioneren van hartkleppen
- Een verzwakte hartspier of hartklepafwijkingen
- Langdurige hartritmestoornissen



4 Symptomen bij hartfalen

Bij onderstaande klachten is er mogelijk sprake van hartfalen:



Bij onderstaande klachten is er mogelijk sprake van hartfalen:

- Kortademigheid bij inspanning, in rust of bij platliggen
- Moeheid, lusteloosheid
- Verminderde inspanningstolerantie
- Vochttopstapeling: dikke voeten, enkels en benen en de buik kan opzetten.
- Nachtelijke hoest, nachtelijke slapeloosheid, onrustig slapen, nachtelijke kortademigheid.
- Koude voeten en handen
- Verminderde eetlust, vermageren.
- Hartkloppingen

5 De behandeling bij hartfalen

Uw arts zal consequent voor u de beste combinatie van medicijnen bekijken.

Als er sprake is van een verminderde spierkracht van het hart, bestaat de medicamenteuze behandeling uit de volgende medicijnen:

- Bètablokkers die de hartslag verlagen zoals: Bisoprolol en Metoprolol of Sotalol
- Medicatie om de pompkracht van het hart te vergroten of vaatverwijdende middelen zoals: ACE-remmers en ARB's
- Medicijnen die het overtollige vocht afdrijven zoals: Furosemide en Bumetanide
- Medicatie die de kans op het vormen van stolsels in het aangedane hart verminderen zoals: Coumarines

6 Leefadviezen met hartfalen

Voor een goede behandeling is het erg belangrijk dat u zich aan de volgende leefregels houdt:

1. Medicatie: Neem uw medicatie stipt, dit kan de kwaliteit van leven positief beïnvloeden.



7 dagen pillendoos met 4
tijdstippen per dag

2. Drinken: Wij raden aan om niet meer dan 1,5 liter per dag te drinken dit komt overeen met 8 à 10 glazen. En denk eraan fruit, soep,... bevat ook vocht.



Door de vochtafdrijvende medicatie heeft u vaak een dorstgevoel. Laat u daardoor niet verleiden tot extra veel drinken, dit belast uw hart te veel. Tenzij anders afgesproken met uw behandelend arts.

3. Gewichtcontrole: Het is belangrijk dat u zich dagelijks weegt, liefst 's ochtends.



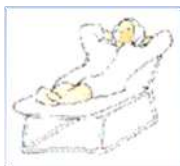
Overgewicht is een extra belasting voor uw hart. Zorg er voor dat u gezond blijft eten om een goede lichamelijke conditie te behouden.

4. Zout beperken



Zout houdt vocht vast. Het is belangrijk dat u zich aan een zoutbeperkt dieet houdt. Een verminderde eetlust is niet te wijten aan het dieet maar in eerste instantie aan vochtophoping in de buikholte.

5. Rustmomenten afwisselen met **activiteiten**.



Neem voldoende rustmomenten gespreid over de dag, afwisselend met perioden van activiteit. Bij hartfalen is het belangrijk dat u in beweging blijft.

6. Roken wordt sterk afgeraden.



Roken heeft een extra negatieve invloed op de pompwerking van het hart.

7. Beperk alcohol tot 1 glas bier of 1 glas wijn.



8. Seksualiteit

Lichamelijk gezien is vrijen geen probleem. Kies een moment waarop u en uw partner hier weer aan toe zijn. Vrijen is ongeveer even belastend als twee trappen lopen. Sommige medicijnen kunnen de seksualiteit beïnvloeden. Bètablokkers kunnen erectieproblemen geven bij mannen en bij vrouwen kan de vagina minder gemakkelijk vochtig worden. Sommige plasmiddelen hebben als bijwerking dat ze een bepaald hormoon remmen dat invloed heeft op de seksuele beleving. Neem nooit op eigen initiatief erectie bevorderende medicijnen zoals Viagra. De medicatie heeft mogelijk een negatieve invloed op uw hart of bloeddruk! Breng seksualiteitsproblemen of vragen bij uw arts ter sprake. Soms is aanpassing van medicatie mogelijk, met verbetering van uw levenskwaliteit. Praat vooral met uw partner over uw (seksuele) gevoelens.

7 Uw verblijf in het ziekenhuis

De onderzoeken die plaatsvinden zijn gericht op het zoeken naar de oorzaak van hartfalen en op het vaststellen van de conditie van hart en lichaam:

- Lichamelijk onderzoek
- Elektrocardiogram (ECG)
- Echocardiogram voor het aantonen van hartafwijkingen zoals bijvoorbeeld hartklepgebreken
- Doppler-onderzoek om de structuur van bloedvaten in de hals en het hoofd te bekijken.
- RX-thorax, hierop is eventueel vocht in de longen te zien en eventueel afwijkingen aan het hart.
- Bloedname en nierfunctieonderzoek
- Hartkatheterisatie of Coronaire Angiografie om de kransslagaders van het hart in beeld te brengen.

De **verpleegkundige** zal de mate van kortademigheid, oedeem, gewicht, bloeddruk, hartfrequentie en eventueel vochtbalans dagelijks bekijken.

De **behandeling** bestaat uit:

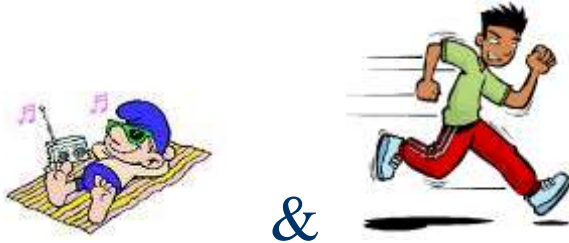
- Rust
- Zoutbeperking
- Vochtbeperking
- Medicijnen die de pompkracht van het hart versterken, de vaten verwijden en het vocht afdrijven.

Het doel van de behandeling is het hart in die mate te ontzien en de vicieuze cirkel doorbreken en de hartsdecompensatie verbeteren.

8 Ontslag

Als uw gezondheid het toelaat en u mag naar huis, is het belangrijk het volgende in de aandacht te houden:

- Neem **rust** als uw lichaam dat aangeeft en onderneem enkel wat uw lichaam aankan.



- Let op urineproductie, oedeemvorming; **weeg u minimaal éénmaal in de week** 's ochtends om te zien of u vocht vasthoudt.



- Neem uw **medicijnen** dagelijks in volgens voorschrift



- Houdt u strikt aan vocht- en/of zoutbeperking en eventueel andere **dieetadviezen**



9 Hoe moet het verder?

Als u nog vragen hebt, kunt u terecht bij uw cardioloog of verpleegkundige.

Een regelmatige controle door de arts is belangrijk. Als u vindt dat de symptomen erger worden, moet u dat zeker melden aan uw arts.

Als het hartfalen onder controle is, kan u een redelijk normaal leven leiden.

10 Adressen hulpmiddelenverstrekking

Brabant

Christelijk ziekenfonds, St.-Pietersbond (108):
Thuiszorgwinkel Vivantia
Leuvensesteenweg 204, 3390 Sint-Joris Winge
016/64.90.90

Vrij verbond der neutrale mutualiteiten (206):
Tervurenlaan 68-70, 1040 Brussel
078/15.98.15

Socialistische mutualiteit Brabant (306):
Medishop
Zuidstraat 112-114, 1000 Brussel
02/546.14.96

Liberale mutualiteit Brabant (403):
Koninginneplein 51, 1030 Brussel
02/209.49.74

Euromut (509):
Louis Mettwielaan 74-76, 1080 Brussel
078/15.78.25

NMBS (920)

Limburg

Christelijke mutualiteit Limburg (131):

Thuiszorgwinkel

Gouverneur Roppesingel 75, 3500 Hasselt

011/28.09.80

Socialistische Mutualiteit Limburg (131):

Capucienenstraat 10

3500 Hasselt

011/24.99.14 - 011/24.99.10

Liberale Mutualiteit Limburg (415):

Geraetsstraat 20

3500 Hasselt

011/29.10.00

Spoorwegen (920):

De Schiewellaan 26

3500 Hasselt

011/29.80.22

Antwerpen

Christelijke mutualiteit Turnhout (105):

Paterstraat 85

Turnhout

014/47.36.00

Socialistische mutualiteit Antwerpen (401):

Centraal nummer:

03/740.30.63

Liberaal mutualiteit Antwerpen (401):

Lange Nieuwstraat 109

2000 Antwerpen

03/203.76.33

Vlaamse neutrale ziekenfondsen (203):

078/15.98.15

11 Bereikbaarheid

Adres

AZ Diest

Statiestraat 65

3290 Diest

Tel. 013/35 40 11

E-mail: post@azdiest.be

Dienst

Inwendige Ziekte Cardiologie

Tel. 013/35 45 22

E-mail: inwendige3@azdiest.be

Raadpleging

Tel. 013/35 40 40

Sociale dienst

Sigrid Vrancken

Tel. 013/35 47 28

Bereikbaar van dinsdag tot vrijdag 8 u – 16 u

Bureel 1 ste verdieping

Opnamedienst

Tel. 013/35 40 51

Bezoeken

14.00 uur tot 20.00 uur

12 Uw persoonlijke aantekeningen

Medicatie

Medicatie <i>GESTOPT</i>	datum	Medicatie <i>GESTART</i>	datum

13 Dagboek voor klachten en activiteiten

Gebruik dit schema om alle veranderingen te noteren en om bij te houden als u nieuwe klachten krijgt of uw klachten bij bepaalde omstandigheden verergeren. Noteer de klacht of activiteit, omcirkel op de klachtenschaal de score die de ernst van uw klacht aangeeft en schrijf extra informatie in de kolom voor aantekeningen. Neem dit dagboek mee naar uw arts of verpleegkundige, zodat u eventuele veranderingen in uw klachten kan bespreken. In de eerste rij wordt een voorbeeld gegeven:

Datum	Klachten/activiteiten	Klachtenschaal 1= mild, 5= ernstig					Aantekeningen/ Opmerkingen
		1	2	3	4	5	
25-04-14	's Nachts kortademig wakker worden	1	2	3	④	5	Had vier kussens nodig in plaats van twee
		1	2	3	4	5	
		1	2	3	4	5	
		1	2	3	4	5	
		1	2	3	4	5	
		1	2	3	4	5	
		1	2	3	4	5	
		1	2	3	4	5	
		1	2	3	4	5	
		1	2	3	4	5	
		1	2	3	4	5	

Datum	Klachten/activiteiten	Klachtenschaal 1= mild, 5= ernstig					Aantekeningen/ Opmerkingen
25-04-14	's Nachts kortademig wakker worden	1	2	3	④	5	Had vier kussens nodig in plaats van twee
		1	2	3	4	5	
		1	2	3	4	5	
		1	2	3	4	5	
		1	2	3	4	5	
		1	2	3	4	5	
		1	2	3	4	5	
		1	2	3	4	5	
		1	2	3	4	5	
		1	2	3	4	5	
		1	2	3	4	5	
		1	2	3	4	5	
		1	2	3	4	5	
		1	2	3	4	5	
		1	2	3	4	5	
		1	2	3	4	5	
		1	2	3	4	5	
		1	2	3	4	5	
		1	2	3	4	5	

14 Schema voor het bijhouden van parameters die kunnen wijzen op verergering van hartfalen

Gebruik het onderstaande schema om uw gewicht, bloeddruk en hartslag regelmatig te meten en te noteren. Neem dit schema bij uw volgend bezoek aan uw arts of verpleegkundige mee, zodat u eventuele veranderingen kunt bespreken. Als u grote veranderingen opmerkt, moet u deze zo snel mogelijk met uw arts of verpleegkundige bespreken.

Maand:		Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
Week van..... Tot....	Gewicht (kg)							
	Bloeddruk (mmHg)	/	/	/	/	/	/	/
	Hartfrequentie (slagen per minuut)							
Week van..... Tot....	Gewicht (kg)							
	Bloeddruk (mmHg)	/	/	/	/	/	/	/
	Hartfrequentie (slagen per minuut)							
Week van..... Tot....	Gewicht (kg)							
	Bloeddruk (mm)	/	/	/	/	/	/	/
	Hartfrequentie (slagen per minuut)							

Maand:		Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
Week van..... Tot....	Gewicht (kg)							
	Bloeddruk (mmHg)	/	/	/	/	/	/	/
	Hartfrequentie (slagen per minuut)							
Week van..... Tot....	Gewicht (kg)							
	Bloeddruk (mmHg)	/	/	/	/	/	/	/
	Hartfrequentie (slagen per minuut)							
Week van..... Tot....	Gewicht (kg)							
	Bloeddruk (mmHg)	/	/	/	/	/	/	/
	Hartfrequentie (slagen per minuut)							
Week van..... Tot....	Gewicht (kg)							
	Bloeddruk (mmHg)	/	/	/	/	/	/	/
	Hartfrequentie (slagen per minuut)							
Week van..... Tot....	Gewicht (kg)							
	Bloeddruk (mmHg)	/	/	/	/	/	/	/
	Hartfrequentie (slagen per minuut)							

Maand:		Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
Week van..... Tot....	Gewicht (kg)							
	Bloeddruk (mmHg)	/	/	/	/	/	/	/
	Hartfrequentie (slagen per minuut)							
Week van..... Tot....	Gewicht (kg)							
	Bloeddruk (mmHg)	/	/	/	/	/	/	/
	Hartfrequentie (slagen per minuut)							
Week van..... Tot....	Gewicht (kg)							
	Bloeddruk (mmHg)	/	/	/	/	/	/	/
	Hartfrequentie (slagen per minuut)							
Week van..... Tot....	Gewicht (kg)							
	Bloeddruk (mmHg)	/	/	/	/	/	/	/
	Hartfrequentie (slagen per minuut)							
Week van..... Tot....	Gewicht (kg)							
	Bloeddruk (mmHg)	/	/	/	/	/	/	/
	Hartfrequentie (slagen per minuut)							

©Algemeen Ziekenhuis Diest

Voor verveelvoudiging of kopie van deze uitgave, gelieve contact op te nemen met de
Algemeen Directeur van het Algemeen Ziekenhuis Diest.

REALISATIE

Dr. Talib, arts Hart- en Vaatziekten

VERANTWOORDELIJKE UITGEVER



Algemeen Ziekenhuis Diest
Statiestraat 65 – 3290 Diest
t 013 35 40 11 – f 013 31 34 53
post@azdiest.be – www.azdiest.be

