

Leefregels na CABG en/of klepoperatie

U heeft een hartoperatie (CABG) of een hartklepoperatie ondergaan. In deze folder informeren we u over de leefregels na een CABG en/of klepoperatie.

Na de operatie

Na ontslag kunt u de buitenactiviteiten, als het weer het toelaat, geleidelijk uitbreiden. U kunt uw conditie opbouwen door te wandelen. Begin met kleine afstanden, twee of drie keer per dag, en bouw dit geleidelijk op. De eerste zes weken mag u niet zelf autorijden of zware dingen tillen. Dit houdt verband met het genezingsproces van het borstbeen en de wond. Het is beter als u de eerste week na de operatie niet alleen thuis bent.

Temperatuur en gewicht

Meet gedurende de eerste twee weken uw temperatuur 's morgens. Als uw temperatuur 38 graden of hoger is, zie dit dan maximaal twee dagen aan.

Neem daarna contact op met uw huisarts.

Meet uw gewicht direct na het opstaan en schrijf deze waardes op. Wanneer uw gewicht per dag met 0,5 kg of meer stijgt, neem dan contact op met uw huisarts.

Eten

De eerste weken moet u zuinig zijn met zout, omdat uw lichaam na de operatie de neiging heeft vocht vast te houden. Eet gevarieerd, waarbij eiwitten en vitamines een belangrijke plaats innemen.

Wondinfectie

Wanneer uw wond rood wordt of er komt pus uit, neem dan contact op met uw huisarts. Doe dit ook als u geen temperatuursverhoging heeft.

Geheugen

Door de narcose kan uw geheugen de eerste tijd van slag zijn. U zult dan ook merken dat u snel dingen vergeet of dat u moeilijk uit uw woorden kunt komen. Ook uw reactievermogen kan verminderd zijn. Maakt u zich daar niet ongerust over: het gaat eigenlijk altijd vanzelf weer over.

Kortademigheid

Wanneer u door kortademigheid weinig kunt doen of als de kortademigheid erger wordt dan deze was bij uw ontslag, neem dan contact op met uw huisarts. Meestal wordt het vrij snel minder, maar een enkele keer blijft de kortademigheid ongeveer hetzelfde.

Wanneer u duizelig wordt of een onregelmatige of snelle hartslag heeft, neem dan ook contact op met uw huisarts.

Pijn

Bijna iedereen heeft bij ontslag uit het ziekenhuis nog wondpijn. Meestal is de pijn op de borst het hevigst bij hoesten en niezen. U hoeft zich daarover geen zorgen te maken. Het borstbeen is weer stevig aan elkaar gemaakt.

www.meandermc.nl
mijnmeander.nl

Bezoekadressen:
Meander Medisch Centrum
Maatweg 3
3813 TZ Amersfoort

Locatie Baarn
Molenweg 2
3743 CM Baarn

Locatie Barneveld
(Medisch Centrum de Burgt)
Nederwoudseweg 17
3772 TD Barneveld

Locatie Bunschoten
(Gezondheidscentrum Scala Medica)
Chopinstraat 2D
3752 HR Bunschoten-Spakenburg

Locatie Leusden
(Medisch Centrum de Mulderij)
Mulderij 2
3831 NV Leusden

Locatie Nijkerk
(De Nije Veste)
Oranjelaan 104
3862 CX Nijkerk

Postadres:
Postbus 1502
3800 BM Amersfoort

Telefoonnummers:
Algemeen: 033 – 850 50 50
Afspraken: 033 – 850 60 70

KvK Gooi en Eemland:
32082917

Ontzie het borstbeen wel zoveel mogelijk gedurende de eerste zes weken na de operatie. Na de operatie komt bij de meeste mensen vaak spierpijn voor bij borst, schouders en nek. U kunt tegen de pijn tijdelijk paracetamol innemen (4x daags 2 tabletten van 500 mg).

TED kous

Indien u een TED kous moet dragen na de operatie, mag u deze niet zelf aan- en uittrekken. Dit geeft teveel druk op de wond en op het borstbeen. Deze kous dient u zes weken te dragen, tot aan de afspraak op de poli.

Welke klachten kunnen er optreden?

- Pijnklachten aan het borstbeen
- Pijnklachten aan de beenwond
- Druk op de borst
- Extreme vermoeidheid
- Benauwdheid
- Zwelling
- Roodheid
- Hoesten
- Koorts
- Vocht vasthouden (oedeemvorming)

Adviezen

- Doe alles op geleide van pijn, ga niet over uw pijngrens heen.
- Borstbeen niet forceren i.v.m. het genezingsproces.
- Bescherm tijdens het hoesten de wond van het borstbeen goed met een kussen.
- Goed strekken en doorademen, eventueel met een triflow (balletjes omhoog blazen) indien u deze heeft.
- Functioneel mobiliseren (staan, lopen en andere dagelijkse handelingen).

Hartrevalidatieprogramma

Iedereen komt in aanmerking voor het hartrevalidatieprogramma. U wordt hiervoor aangemeld. Bij het ontslag krijgt u een afspraak mee voor een intakegesprek. Na het intakegesprek plannen wij u in voor het revalidatieprogramma. Dit programma duurt zes weken. Gedurende deze weken verwachten wij u twee keer per week. Houd hier rekening mee met uw plannen, zoals vakantie of werkhervatting. Tussen het ontslag en de start van het revalidatieprogramma kunt u uw conditie opbouwen door te wandelen. Begin met kleine afstanden, twee of drie keer per dag, en bouw dit geleidelijk op.

Als u een kunstklep of een aangeboren hartafwijking heeft

Als u zich griepig voelt, neem dan uw temperatuur op. Als deze 38 graden of meer is, dan kunt u dit maximaal twee dagen aanzien. Neem daarna contact op met uw huisarts.

Vertel uw behandeld (tand)arts dat u een kunstklep of aangeboren hartafwijking heeft. Bij bepaalde ingrepen moet u van tevoren antibiotica gebruiken.

Als u een vieze wond oploopt, bijvoorbeeld door in een roestige spijker te trappen, spoel de wond dan uit met koud leidingwater (beslist geen zalf gebruiken) en ga naar uw huisarts.

Vragen?

Heeft u nog vragen? Neem dan contact op met Meander Medisch Centrum via het algemene telefoonnummer 033 - 850 50 50. Vraag naar de afdeling waar u was opgenomen.

U kunt ook contact opnemen met uw huisarts.