

Hartfalen en hartfalenpolikliniek

U bent opgenomen in Meander Medisch Centrum, omdat er bij u hartfalen is vastgesteld. In deze folder willen we u uitleggen wat hartfalen is, wat de symptomen zijn, hoe de diagnose gesteld wordt en wat u thuis kunt doen. Verder wordt de behandeling besproken en u krijgt wat informatie over de hartfalenverpleegkundige en de hartfalenpolikliniek.

Wat is hartfalen?

Hartfalen is de grote onbekende onder de hartziekten. Hartfalen klinkt misschien bekend in de oren. Het woord doet denken aan hartinfarct, hartaanval of hartstilstand. Toch is het heel iets anders. Hartziekten komen vaak plotseling, als een donderslag bij heldere hemel. Hartfalen sluipt erin. Hartfalen wil zeggen dat de pompfunctie van het hart tekortschiet. Het gevolg is dat sommige lichaamsdelen soms te weinig bloed krijgen. En dat veroorzaakt verschillende klachten. Om hartfalen te kunnen begrijpen, is het goed te weten hoe het hart werkt.

Het hart is een spier. Een holle spier, om iets preciezer te zijn. Eigenlijk heeft het hart een simpele functie: bloed door het lichaam pompen. Als het hart ontspant, vult het zich met bloed. Daarna trekt het hart zich samen en wordt het bloed het lichaam ingepompt. Hoe krachtiger de hartspier, hoe beter het bloed wordt rondgepompt. Door verschillende oorzaken kan het hart aan kracht verliezen.

Bloed dat door het lichaam stroomt, doet twee belangrijke dingen: aanvoer van zuurstof en voedingsstoffen en afvoer van afvalstoffen. Een gezond hart pompt het bloed moeiteloos rond. Bij hartfalen is die pompfunctie minder goed. Daardoor komen aan- en afvoer van bloed in het gedrang. Spieren krijgen minder zuurstof en voedingsstoffen: je voelt je dan sneller moe. Ook kleine inspanningen kosten steeds meer moeite. En omdat zelfs de hersenen minder bloed krijgen, kunt u zich slechter concentreren. Maar er gaat meer mis. De nieren krijgen minder bloed. Ze gaan als gevolg daarvan vocht vasthouden. Dit vocht hoopt zich overal in het lichaam op, onder andere in de longen. Te veel vocht in de longen maakt u kortademig en geeft prikkelhoest. Ook hoopt vocht zich op in de benen, enkels en buik. Omdat de nieren minder goed gaan werken, kunt u overdag moeilijker plassen. Maar als u 's nachts in bed ligt, kan dat vocht weer gemakkelijker worden afgevoerd; u moet ineens om de haverklap plassen.

We zetten de klachten voor u op een rijtje. Het helpt u om hartfalen zo vroeg mogelijk te herkennen. Belangrijk, want het is meestal niet te genezen. Leven met hartfalen is leven met beperking. Maar een bepaalde manier van leven kan wel voorkomen dat het van kwaad tot erger wordt

Wat zijn de symptomen

- vermoeidheid
- kortademigheid (vooral bij inspanning)
- opgezette benen en enkels door achterblijvend vocht
- koude handen en voeten
- opgeblazen gevoel en een moeilijke stoelgang
- verminderde eetlust en toch zwaarder worden

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 Leusden
(Medisch Centrum de Mulderij)
De 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

www.meandermc.nl

- prikkelhoest (vooral bij plat liggen)
- onrustig slapen en 's nachts vaak plassen
- vergeetachtigheid en gebrek aan concentratie

Wat zijn de oorzaken van hartfalen?

De belangrijkste oorzaak van hartfalen is het hartinfarct. Een hartinfarct heeft tot gevolg dat een stukje van de hartspier afsterft, waardoor het hart minder krachtig kan pompen. Een tweede belangrijke oorzaak van hartfalen is hoge bloeddruk. Andere mogelijke oorzaken van hartfalen zijn: hartkleppen die niet goed meer werken, ritmestoornissen (het hart klopt niet meer in het goede tempo) en een aangeboren ziekte van de hartspier (cardiomyopathie)

Hoe wordt de diagnose gesteld?

Een arts zal bij verschijnselen van vochtophoping of bij klachten als kortademigheid of ongewone vermoeidheid aan de mogelijkheid van hartfalen denken. Die mogelijkheid wordt aannemelijker als uzelf eerder een hartziekte heeft gehad of als hartziekten in uw familie voorkomen. De arts gaat na of bepaalde risicofactoren op u van toepassing zijn: hoge bloeddruk, roken, alcohol- of drugsgebruik, eet- en leefgewoonten zoals zout en vet eten en weinig bewegen. Verder zal hij u ook vragen welke medicijnen u nu gebruikt. Uw hart en longen worden beluisterd en uw bloeddruk en polsslag gemeten. Uw arts kan zo beoordelen of er vocht achter de longen zit, en of u misschien een hartklepafwijking heeft. Ook onderzoekt hij of er stuwings van de aders in de hals is, of uw lever is opgezet, en of er vochtophoping in de benen is (oedeem). Met de gegevens van alle onderzoeken kan uw arts de diagnose hartfalen stellen. Soms zijn er nog aanvullende onderzoeken nodig om de diagnose te bevestigen, de oorzaak op te sporen en de ernst van het hartfalen te bepalen.

Wat houdt de behandeling in?

Bij hartfalen kan de arts verschillende geneesmiddelen voorschrijven. Plastabletten bijvoorbeeld zorgen ervoor dat het teveel aan vocht uit het lichaam verdwijnt. Er zijn ook medicijnen die de bloedvaten wijder maken. Daardoor kan bloed gemakkelijker door het lichaam stromen. En dan zijn er nog de geneesmiddelen die rechtstreeks op het hart werken. Ze zorgen ervoor dat het hart in het juiste ritme klopt of krachtiger kan pompen. Soms kan de oorzaak van hartfalen worden behandeld. In een aantal gevallen zijn de kransslagaders (de slagaders die de hartspier zelf van bloed voorzien) vernauwd. Daardoor krijgt het hart onvoldoende zuurstof om goed te kunnen werken. In zo'n geval kan een omleidingsoperatie (bypass) uitkomst bieden. Afwijkingen aan de hartkleppen kunnen soms ook met een operatie worden behandeld. Sommige patiënten komen in aanmerking voor implantatie van een speciale pacemaker of ICD. Voor een zeer beperkte groep is een harttransplantatie een mogelijkheid.

Gevolgen van hartfalen

Hartfalen kan gevolgen hebben voor u en uw partner en/of familie. Zo moet u uw eetgewoonten en/of lichamelijke activiteiten aanpassen. Ook krijgt u medicatie voorgeschreven. Deze gevolgen kunnen per persoon verschillen.

De cardioloog heeft u wellicht aangemeld bij de hartfalenpolikliniek. Bij de zorg voor patiënten met hartfalen kunnen meer zorgverleners betrokken zijn. Op het spreekuur van de hartfalenpolikliniek heeft u te maken met een specialistisch verpleegkundige cardiologie.

Hartfalen verpleegkundige en de hartfalenpolikliniek

Een specialistisch verpleegkundige cardiologie is een verpleegkundige die zich heeft gespecialiseerd in hartziekten, met name in de begeleiding en behandeling van patiënten met hartfalen. Zij werkt nauw samen met de cardioloog.

Alle zaken rondom de behandeling bij hartfalen komen aan bod tijdens uw bezoek aan de hartfalenpolikliniek. De cardioloog is hoofdbehandelaar, bepaalt het behandelplan en blijft bij uw behandeling betrokken. Bij de specialistisch verpleegkundige cardiologie heeft u een of meerdere keren een afspraak. Zij bespreekt samen met u uw situatie. Ook informeert en begeleidt de verpleegkundige u bij het omgaan met hartfalen. Verder verricht zij lichamelijk onderzoek en past zo nodig uw medicatie aan.

Bovendien kunt u bij haar terecht met vragen en praktische problemen. U kunt hierbij denken aan:

- Wat betekent het om met hartfalen te leven
- Het belang van een aangepast eet- en drinkpatroon
- Uw leefgewoonten
- Uw medicijngebruik
- Hoe u klachten herkent en wat te doen bij toename van uw klachten
- Aanmelden voor revalidatie.

Daarnaast beschikt de specialistisch verpleegkundige over voorlichtingsmateriaal.

Hoe werkt de hartfalenpolikliniek?

Patiënten die opgenomen zijn geweest, krijgen bij ontslag een afspraak voor de hartfalenpolikliniek. Het eerste consult duurt 45 minuten, een vervolgconsult 20 minuten. Een week vóór de controle op de hartfalenpolikliniek laat u bloed prikken. Een laboratoriumaanvraag heeft u hiervoor meegekregen. Voor patiënten die doorverwezen zijn tijdens het polibezoek aan de cardioloog geldt hetzelfde.

Let op

- Neemt u bij elk bezoek aan de hartfalenpolikliniek uw medicijnlijst mee?
- Neemt u een naaste mee? Twee horen meer dan een.

Waar vindt u de hartfalenpolikliniek?

Het spreekuur van de hartfalenpolikliniek vindt plaats op Brink 305 (3e etage) in Meander Medisch Centrum in Amersfoort. Voor het maken of afzeggen van een afspraak op de hartfalenpolikliniek kunt u contact opnemen met het algemene nummer: 033-8505050.

Contact

De specialistisch verpleegkundige cardiologie is op woensdag en vrijdag bereikbaar van 8.00 tot 17.00 uur via het algemeen telefoonnummer 033- 8505050. U kunt ook contact met haar opnemen als u na het lezen van deze informatie nog vragen heeft of meer wilt weten. Het kan handig zijn om uw vragen van tevoren op papier te zetten.

Naar huis

Als u goed bent ingesteld in de medicatie en u voelt zich goed, mag/kan u weer naar huis. Er zijn enkele informatiefolders voor u beschikbaar. Denk daarbij aan de folders:

- vochtbeperking
- natriumbepaalde voedingsadviezen