

Cardiologie

Hartfalenpolikliniek

Informatie over verwijzing naar de hartfalenpolikliniek

Contactgegevens Alrijne Ziekenhuis

Alrijne Ziekenhuis Leiden
Houtlaan 55
2334 CK Leiden
071 517 8178

Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp
Simon Smitweg 1
2353 GA Leiderdorp
071 582 8282

Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn
Meteoorlaan 4
2401 WC Alphen aan den Rijn
0172 467 467

Bij u is de diagnose hartfalen gesteld. Daarom bent u door uw cardioloog doorverwezen naar de polikliniek hartfalen. U heeft binnenkort een polikliniekafspraak bij een van de verpleegkundig specialisten van de hartfalen polikliniek.

Wat is hartfalen

Het menselijk hart is een orgaan dat continu bloed rond pompt om het lichaam te voorzien van voeding en energie. Deze krachtige holle spier is zo groot als een vuist en pompt in rust 5 tot 6 liter bloed per minuut rond. Dit kan tijdens inspanning oplopen tot 20 liter per minuut.

Hartfalen betekent dat het hart het bloed niet goed rond pompt. Dit kan verschillende oorzaken hebben.

Bij hartfalen pompt het hart te weinig zuurstofrijk en van voedingsstoffen voorzien bloed rond, minder dan het lichaam nodig heeft. Wandelen, boodschappen dragen, traplopen of andere vormen van inspanning kunnen daarom soms moeilijkheden opleveren. U kunt zich kortademig en vermoeid voelen. En de kans bestaat dat u vocht vasthoudt in onder andere enkels, benen, buik en longen. Meer hierover leest u in deze folder.

Hartfalen is meestal een chronische aandoening met een vaak onvoorspelbaar, grillig verloop. Dit betekent dat er regelmatig controle nodig is. Als het hartfalen erger wordt moet de behandeling worden aangepast.

Adviezen

In deze folder vindt u enkele adviezen die we tijdens het polikliniekbezoek verder zullen toelichten.

Medicatie

Het is belangrijk dat u de voorgeschreven medicijnen zorgvuldig inneemt.

Vocht

Probeer per dag niet meer vocht te drinken dan 1 ½ liter. Onder vocht verstaan we alles wat gedronken wordt en alles wat met een lepel gegeten wordt: pap, vla, soep, yoghurt, enz. Eén stuk fruit mag wel; dat hoeft niet als vochtinname meegerekend te worden.

Zout

Wij raden u aan om niet meer dan 6 gram keukenzout per dag te gebruiken (is 2400 mg natrium). Voeg daarom geen zout toe als u de warme maaltijd kookt. Kant en klaar maaltijden, zoute en zure haring bevatten veel zout. Dit kunt u dus beter niet eten.

Wegen

Als u (snel) zwaarder wordt, kan het zijn dat u vocht vasthoudt. Het is daarom belangrijk dat u zich iedere dag op dezelfde weegschaal weegt.

Het beste is om u in de ochtend te wegen, als u net uit bed bent en naar het toilet bent geweest.

We willen graag dat u zich elke dag weegt. Begin hiermee op de eerste ochtend nadat u bent thuisgekomen uit het ziekenhuis. Schrijf elke dag op hoeveel u weegt.

Komt u meer dan 2 kg aan? Bel dan met de hartfalen polikliniek.

Actiiteiten

Probeer actief te blijven zoals u gewend bent, maar ga niet over uw grenzen heen.

Klachten en signalen die passen bij verergering van hartfalen

Hieronder staan klachten en signalen beschreven die passen bij verergering van hartfalen. Neem bij deze klachten contact met ons op.

- dikke benen, enkels, vingers of buik;
- schoenen of kleding gaat strakker zitten;
- broekriem moet u wijder instellen dan u gewend bent;
- gewichtstoename;
- toenemende vermoeidheid;
- toenemende kortademigheid;
- steeds een "vol gevoel" hebben, buikpijn, misselijkheid;
- hartkloppingen;
- gevoel van verkoudheid en hoesten;
- verwardheid en onrust;
- niet goed kunnen concentreren, "er niet bij zijn";
- 's nachts vaker en overdag minder hoeven urineren; urine is donkerder;
- niet goed plat kunnen liggen i.v.m. kortademigheid;
- 's nachts onrustig slapen.

* Ook als u minder eet en uw gewicht hetzelfde blijft, kan het zijn dat u vocht vasthoudt.

Websites

www.hartstichting.nl

www.heartfailurematters.org/nl

www.thuisarts.nl

www.begineengoedgesprek.nl

www.nierstichting.nl/minderen-met-zout

www.harteraad.nl (patiëntvereniging)

Tot slot

Wij verzoeken u bij uw bezoek aan de Hartfalenpolikliniek het volgende mee te nemen:

- uw actueel medicatieoverzicht (dit kunt u opvragen bij uw apotheek);
- een overzicht van uw gewicht.

Denkt u eraan bij ieder bezoek aan het ziekenhuis een geldig legitimatiebewijs (paspoort, identiteitsbewijs, rijbewijs) mee te nemen. Zijn uw gegevens (verzekering, huisarts, etc.) gewijzigd, meldt u dit dan bij de Patiëntenregistratie in de hal op de begane grond van het ziekenhuis. Wij stellen het op prijs als u zich tijdig meldt voor de afspraak.

Klachten of vragen

Heeft u klachten of vragen die niet tot het geplande polikliniekbezoek kunnen wachten, neem dan contact met ons op tijdens het telefonisch spreekuur, telefoonnummer: 071 582 84 82 (maandag t/m vrijdag van 09.00 tot 11.00 uur).

Buiten kantooruren kunt u contact opnemen met uw huisarts of de huisartsenpost.

Bereikbaarheid afdeling Cardiologie

Polikliniek Cardiologie

Leiden: routenummer 42

Leiderdorp: routenummer 105

Alphen aan den Rijn: routenummer 50

Telefonische bereikbaarheid (Leiden/Leiderdorp/Alphen aan den Rijn): 071 582 8043

Bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 08.30 - 12.00 uur en van 13.30 - 15.30 uur.

- Verpleegafdeling Cardiologie A3, locatie Leiderdorp (330): 071 582 8076
- Dagbehandeling Cardiologie A3, locatie Leiderdorp (340): 071 582 8076
- Afdeling Hartbewaking (CCU), locatie Leiderdorp (370): 071 582 8075
- Afdeling Eerste Hart Hulp (EHH), locatie Leiderdorp (370): 071 582 8075