

Informatie voor patiënten met hartfalen

Cardiologie



Beter voor elkaar

Inhoudsopgave

Informatie voor patiënten met hartfalen	4
Klachten en verschijnselen	4
Het leven met hartfalen	4
Door wie wordt u behandeld	5
Medicijnen	6
Algemeen advies	9
Vragen	10
Ellen van Alphen	
Maarten van Oort	
Arianne de Waard	
Hartfalenverpleegkundigen	

www.ikazia.nl

Informatie voor de patiënt met hartfalen

U bent in het ziekenhuis opgenomen geweest voor behandeling van klachten die het gevolg zijn van het onvoldoende functioneren van het hart. Het hart is een holle spier die, door ritmisch samen te trekken, bloed door het lichaam pompt.

Door verschillende oorzaken kan het pompvermogen van de hartspier minder worden. De meest voorkomende oorzaken zijn: hartinfarct, lekkage of vernauwing van hartkleppen, hoge bloeddruk en hartspierziekten (bijvoorbeeld door overmatig alcoholgebruik).

De combinatie van ziekteverschijnselen, die ontstaan als het pompvermogen van het hart onvoldoende is, noemen we 'hartfalen'.

Welke klachten en verschijnselen zijn een teken van hartfalen?

- moeheid, lusteloosheid
- vocht vasthouden (gewicht neemt toe, dikke voeten/enkels/benen, opgezette buik);
- kortademigheid door te hoge druk of vocht in de longen (bij inspanning, platliggen, in rust);
- minder concentratie vermogen;
- onrustig slapen;
- vaak plassen 's nachts.

Wat betekent het om met hartfalen te leven?

Hartfalen gaat niet meer over. U heeft dus een chronische ziekte. De ziekte is niet te genezen maar kan wel behandeld worden. Dat wil zeggen dat de klachten en verschijnselen heel lang goed onderdrukt kunnen worden. Door de behandeling zult u veelal toch in staat zijn om dingen te doen en u prettig te voelen.

Waaruit bestaat de behandeling van hartfalen en wie voert de behandeling uit?

De basis van de behandeling van hartfalen bestaat uit: medicijnen, aanpassing van eet- en drinkpatroon en aanpassing van de leefgewoonten.

Voor deze behandeling zijn drie personen nodig: u zelf, de verpleegkundige en de arts (cardioloog of huisarts).

1. De belangrijkste steunpilaar van de behandeling bent u zelf

- neem de medicijnen dagelijks in, volgens voorschrift;
- voorkom overgewicht (dit maakt de taak van het hart gemakkelijker);
- houdt u aan het zoutbeperkt dieet (zout houdt vocht vast);
- drink niet meer dan 1,5 liter per dag, tenzij anders afgesproken;
- weeg u dagelijks en meldt veranderingen aan de hartfalenverpleegkundige
- (toename van gewicht is een maat voor vocht vasthouden);
- blijf zoveel mogelijk in beweging, dit afgewisseld met rustperiodes;
- neem in ieder geval een middagrust van anderhalf à twee uur;
- rook niet;
- beperk alcoholgebruik tot één glas per dag tenzij de dokter anders adviseert.

2. De tweede pijler van de behandeling is de verpleegkundige

- zij informeert u over uw ziekte en hoe er mee om te gaan;
- zij is uw aanspreekpunt wanneer er problemen zijn;
- zij overlegt met de dokter of de medicijnen of richtlijnen veranderd moeten worden;
- zij doet bloedonderzoek als controle op de werking van de medicijnen.

3. De arts is de derde pijler van de behandeling.

- Hij of zij bepaalt welke combinatie van medicijnen voor het meest geschikt is;
- om de combinatie van medicijnen te bepalen is soms aanvullend onderzoek nodig (bijvoorbeeld bloedonderzoek, echocardiogram, fietstest);
- een enkele keer bestaat de kans de ernst van het hartfalen te verminderen door een operatie of een Dotteringreep. Hiervoor is dan verder onderzoek nodig (bijvoorbeeld echocardiogram, hartscan, hartkatheterisatie).

Medicijnen

Medicijnen kunnen erg veel effect hebben op de kwaliteit van uw leven. Het is daarom belangrijk dat u deze nauwkeurig, volgens voorschrift, inneemt. Stop medicijnen nooit zonder overleg en verander de hoeveelheid niet! Als u problemen met de inname van medicijnen heeft, overleg dan even.

Medicijnen kunnen ook bijwerkingen hebben. Het is dan nodig om de hoeveelheid of de soort aan te passen. Van de meest gebruikte medicijnen worden de werking en belangrijkste bijwerkingen hieronder vermeld.

ACE-remmers

Deze medicijnen maken het werk van het hart gemakkelijker.

Voorbeelden zijn:

captopril (= Capoten), enalapril (=Renitec), ramipril (=Tritace), lisinopril (=Zestril), quinapril (=Acupril), perindopril (=Coversyl).

Bijwerkingen van de ACE-remmers kunnen zijn:

- droge kriebelhoest;
- duizeligheid door te lage bloeddruk;
- huiduitslag.

Diuretica ofwel plastabletten

Deze medicijnen activeren de vochtafvoer door de nieren. Hierdoor wordt de vochtophoping in de voeten, enkels, benen, buik en longen opgeheven en later voorkomen.

Voorbeelden zijn:

furosemide (=Lasix of Lasiletten), bumetanide (=Burinex), hydrochlorothiazide (=Esidrex), chloortalidon (=Hygroton), triamteren (=Dytac), spironolacton (=Aldactone).

Bijwerkingen van plastabletten kunnen zijn:

- uitdroging (signalen hiervoor zijn: weinig plassen, misselijkheid, duizeligheid);
- tekort aan kalium (wordt ook uitgeplast).

Het is belangrijk om voeding te gebruiken die rijk is aan kalium, zoals aardappelen, tomaten, spinazie, postelein en melkproducten.

Digoxine (Lanoxin)

Dit medicijn versterkt de pompkracht van het hart.

Bijwerkingen van digoxine kunnen zijn:

- misselijkheid, verlies van eetlust, braken;
- diarree;
- verwardheid;
- vreemde kleuren zien;
- hartkloppingen.

Nitraten

Deze medicijnen ontlasten het hart en verbeteren de doorbloeding in de kransslagaders.

Voorbeelden:

nitroglycerine (=Nitrosta, Nitrobaat, Nitrolingual, Nitrozell),
isosorbide mononitraat (=Mono Mack, Monocedocard, Promocard, Ismo),
isosorbidedinitraat (=Cedocard, Isordil).

Bijwerkingen van nitraten kunnen zijn:

- hoofdpijn (gaat meestal over na tijdelijk verminderen van de hoeveelheid),
- duizeligheid (de hoeveelheid moet dan aangepast of de inname gestopt).

Betablokkers

Deze medicijnen onderdrukken de schadelijke invloed van stresshormonen op het hart.

Voorbeelden:

metoprolol (=Selokeen), carvedilol (=Eucardic), sotalol (=Sotacor).

Bijwerkingen kunnen zijn:

- duizeligheid;
- tijdelijk meer kortademigheid of vocht vasthouden in het begin van het gebruik (zeker melden!);
- trage hartslag;
- slapeloosheid, dromen.

Amiodaron (Cordarone)

Dit geneesmiddel onderdrukt ritmestoornissen van het hart.
Ritmestoornissen komen vaak voor bij hartfalen.

Bijwerkingen kunnen zijn:

- overgevoeligheid voor zonlicht (huid zoveel mogelijk bedekken, in de schaduw blijven);
- hoofdpijn, moeheid, neerslachtigheid;
- trage hartslag;
- maagklachten.

Algemeen advies

Wissel activiteiten en rust af, volg de richtlijnen van zout en vochtgebruik goed op en neem uw medicijnen op tijd en in de juiste hoeveelheid in. U zult dan leren omgaan met de beperkingen die hartfalen met zich meebrengt maar u zult u zo lang mogelijk prettig voelen.

Vragen

Heeft u naar aanleiding van deze informatie nog vragen, stelt u die dan bij uw volgende bezoek aan de arts of hartfalen verpleegkundige. De hartfalen verpleegkundige heeft op maandag-, woensdag- en vrijdagochtend tussen 8.30 en 9.30 uur telefonisch spreekuur.

T 010 297 55 99

of via de mail: hartfalenpoli@ikazia.nl



Ikazia Ziekenhuis

Montessoriweg 1
3083 AN Rotterdam
www.ikazia.nl

Hartfalen, informatie voor patiënten met
800314-NL / 2015-02