

Cardiologie

NA EEN DOTTERBEHANDELING



INLEIDING

U heeft een dotterbehandeling (P.T.C.A. = Percutane Transluminale Coronaire Angioplastiek) ondergaan.

Er kunnen thuis nog vragen ontstaan en mogelijk kunnen klachten van lichamelijke en psychische aard optreden. Deze folder behandelt de meest voorkomende vragen en problemen na ontslag. Tevens geven wij u enkele adviezen voor een voorspoedige revalidatie en een gezonde toekomst.

Na ontslag neemt de coördinator hartrevalidatie contact met u op en maakt samen met u afspraken over de revalidatie.

ONTSLAGPAPIEREN

U krijgt de volgende ontslagpapieren mee:

- een controle-afspraken bij uw eigen cardioloog (deze wordt per post naar u toegestuurd), ongeveer drie tot vier weken na ontslag.
- bij eventuele medicatie veranderingen krijgt u een recept mee.

HERSTEL THUIS

Na de behandeling kunnen er allerlei klachten optreden. Vermoeidheid, lusteloosheid en onzekerheid zijn normale gevoelens. U heeft een spannende tijd achter de rug en uw lichamelijke en geestelijke conditie zijn verminderd.

Door het langzaam oppakken van uw dagelijkse levensritme verdwijnen deze klachten meestal vanzelf. Ook uw partner kan door de spanning van slag zijn. Deze verschijnselen, zoals overbezorgdheid en nervositeit, zijn normaal en verdwijnen vaak na enige tijd vanzelf. Mocht dit niet het geval zijn, bespreek dit dan met uw huisarts.

WONDGENEZING

De wond (in lies of pols) moet enkele dagen de gelegenheid hebben om te genezen. Door het aanprikken van de slagader in de lies of pols kan er een bloedingstoring zijn ontstaan. Deze kan nog enkele dagen tot weken zichtbaar en/of gezwollen blijven of zelfs 'afzakken' richting knie in het geval van aanprikken in de lies.

Hoewel het vervelend kan zijn, is dit geen reden tot bezorgdheid. Als er een kleine hoeveelheid vocht uit de wond lekt kunt u een droog steriel gaas op de wond leggen en deze vastplakken met een pleister. Gebruik geen poeders of zalfjes op de wond. U kunt gewoon elke dag douchen.

Om een nabloeding in de lies te voorkomen moet u de volgende adviezen opvolgen:

- De eerste 3 à 4 dagen geen zware dingen dragen, niet overdreven rekken, geen grote stappen nemen, niet persen op het toilet, niet in bad gaan of lang onder een hete douche en traplopen zoveel mogelijk beperken.
- De eerste week niet fietsen en niet zelf autorijden.
- De eerste week niet sporten of naar de sauna gaan.

Om een nabloeding in de pols te voorkomen moet u de volgende adviezen opvolgen:

- Probeer uw arm zoveel mogelijk te ontlasten. U hebt hiervoor in het ziekenhuis een mitella gekregen. Houd uw arm de eerste 24 uur zoveel mogelijk in de mitella. Het bandje of de pleister mag u de dag na de ingreep zelf van uw pols halen.
- De eerste 2 à 3 dagen mag u geen handen schudden, huishoudelijk werk doen en steunen op de pols.
- De eerste 3 dagen mag u niet autorijden of fietsen.
- Ga de eerste 3 dagen niet in bad. Douchen mag u vanaf de dag na het onderzoek, maar niet te lang en niet te heet.
- De eerste week niet sporten of naar de sauna gaan.

BLOEDVERDUNNENDE MIDDELEN

Na het ontslag uit het ziekenhuis blijft u medicijnen gebruiken die de stolling van het bloed remmen. Bij het gebruik van deze medicijnen is de neiging tot bloeden sterker dan normaal. U moet hierbij extra voorzichtig zijn.

WANNEER EEN ARTS BELLEN

Eenmaal thuis kunnen klachten optreden waarbij het raadzaam is contact op te nemen met uw (dienstdoende) huisarts. Deze kan indien nodig contact opnemen met de cardioloog.

U neemt contact op bij:

- Het plotseling ontstaan van een verdikking of harde schijf in de lies of pols.
- Het warm en rood worden van de wond.
- Als de wond gaat bloeden of zoveel vocht produceert dat u deze meerdere malen per dag moet verbinden.
- Het ontstaan van pijn op de borst zoals voor de dotterbehandeling. Neem, indien in uw bezit, direct een tablet isosorbidenitraat 5mg of een pufje

nitrospray onder de tong. Ga even rustig zitten in verband met een mogelijke bloeddrukdaling.

- Toename van de pijnklachten.
- Bij koorts.

Aarzel niet om contact op te nemen; beter een keer te vaak gebeld dan te weinig.

U moet onmiddellijk 112 bellen als zich de volgende verschijnselen voordoen:

- De wond in uw lies of pols hevig gaat bloeden. Hieronder wordt verstaan dat het bloed met krachtige, snelle stoten uit de lies of pols komt. Dit kan betekenen dat u een slagaderlijke bloeding heeft. U heeft dan snel medische hulp nodig.
- Als er plotseling een grote zwelling in de lies of pols ontstaat. Het lijkt er dan op of er een groot ei op de lies of pols ligt. Dit kan betekenen dat de slagader onderhuids is gaan bloeden. Hierbij is snelle medische hulp nodig.
- Rijd niet zelf naar het ziekenhuis, ambulancepersoneel kan u bij deze verschijnselen het beste helpen.

Wat u zelf moet doen bij deze verschijnselen is:

- Laat iemand in uw directe omgeving 112 bellen of bel zelf als er niemand in de buurt is.
- Ga plat liggen (in geval van bloeding in de lies), bijvoorbeeld op de grond, op bed of op de bank.
- Probeer de bloeding onder controle te krijgen door met 2 vingers krachtig te drukken boven de insteekplaats, indien mogelijk door iemand anders, zo niet dan door u zelf.

METFORMINE

De contrastvloeistof die gebruikt wordt bij het onderzoek, is niet goed voor de nieren. Daarom is het na het onderzoek zo belangrijk dat u goed drinkt, om uw nieren te 'spoelen'. Ook het medicijn 'Metformine' (wordt gebruikt bij suikerziekte) is van invloed op de werking van uw nieren. Om deze reden mag u de dag van en 2 dagen na het onderzoek géén metformine gebruiken! Tenzij uw arts anders beslist.

LEEFREGELS

Voor een optimaal herstel en om het risico op hart- en vaatziekten te verkleinen zijn de volgende adviezen van groot belang.

ROKEN

Onderzoek heeft aangetoond dat roken slecht is voor hart en bloedvaten. Ook de relatie met bijvoorbeeld long-, keel-, en slokdarmkanker is aangetoond. Stoppen met roken verbetert niet alleen de conditie maar ook aangerichte schade blijkt na een bepaalde periode weer te 'herstellen' Dit is dus de moeite waard. Heeft u hulp of hulpmiddelen nodig bij het stoppen met roken, neem dan contact op met uw huisarts.

VOEDING

Eet gezond en niet teveel. Wees matig met vet en voorzichtig met zout. Indien er sprake is van overgewicht is het verstandig af te vallen.

U kunt dit bespreken met uw huisarts of met een diëtist. Op de afdeling vindt u voorlichtingsmateriaal over gezonde voeding.

FIETSEN EN AUTORIJDEN

Door de (lies)wond mag u de eerste week niet fietsen en autorijden. Na de eerste week kunt u dit weer langzaam gaan hervatten.

RUST EN BEWEGING

Het is niet nodig om 's ochtends lang in bed te blijven liggen en 's avonds vroeg naar bed te gaan. Bepaal uw eigen tempo en neem tussendoor voldoende rust. Voer uw activiteiten op. Dit geldt voor zowel uw lichamelijke, als geestelijke en sociale activiteiten. Een beetje moe worden mag, maar overdrijf niet. Probeer situaties die stress veroorzaken te vermijden en probeer afstand te nemen van hetgeen u in een onaangename spanning brengt.

Weer starten met sporten is afhankelijk van uw conditie voor de behandeling. Maak dit bespreekbaar tijdens de controle-afpraak met uw cardioloog, zeker indien u gewend bent frequent intensief te sporten. Normaal gesproken kunt u uw conditie langzaam opbouwen.

VRIJEN

Vrijen is geen activiteit die het hart extra belast. De inspanning hierbij is te vergelijken met het oplopen van twee trappen. Het advies luidt: het gewoon te doen als u en uw partner er weer aan toe zijn. Het levert geen bijzonder risico voor het hart op.

WERKHERVATTING

Het moment van werkhervatting is van veel factoren afhankelijk en voor ieder individu verschillend. U voelt over het algemeen zelf het beste wanneer u weer aan werken toe bent. Bespreek werkhervatting in een vroeg stadium met werkgever, bedrijfsarts, huisarts of maak het bespreekbaar tijdens de controle-afspraak met uw cardioloog.

TOT SLOT

Wij willen graag een zo hoog mogelijke kwaliteit van het medisch handelen en de verzorging aanbieden. Heeft u opmerkingen of suggesties, dan stellen wij het zeer op prijs die te horen.

Dit stelt ons in de gelegenheid waar nodig verbeteringen aan te brengen.

Maak dit bespreekbaar tijdens de controle-afspraak met uw cardioloog, zeker indien u gewend bent frequent intensief te sporten. Normaal gesproken kunt u uw conditie langzaam opbouwen.

AANTEKENINGEN

A series of horizontal dotted lines for taking notes.

Heeft u nog vragen dan kunt u
altijd contact opnemen met ons:

 0344-674911
 info@zrt.nl
www.ziekenhuisrivierenland.nl

