



kennis / ervaring / zorg



Nuttige informatie

bij uw **ontslag** van de

Chest Pain Unit

Spoedgevallen en Cardiologie

UNIVERSITAIR **ZIEKENHUIS** ANTWERPEN

Inhoud

Voorwoord
Belangrijkste geneesmiddelen
Nazorg lies
Wat te doen bij pijn op de borst
Voeding
Lichaamsbeweging
Roken
Ontslagdocumenten
Nuttige telefoonnummers
Nuttige internetadressen
Persoonlijke vragen
Checklist

Inleiding

Beste patiënt

U heeft van de dokter vernomen dat u weldra naar huis mag. Wij hopen dat uw verblijf op onze dienst is meegevallen. Ervaring leert ons dat patiënten bij hun ontslag naar huis vaak nog met vele vragen blijven zitten. Deze brochure probeert een overzicht te geven van de belangrijkste informatie die zinvol kan zijn bij uw ontslag. Deze informatie dient als geheugensteun en is een aanvulling op het gesprek dat u met de arts en de verpleegkundige heeft bij uw ontslag. Indien u na het lezen van deze brochure nog vragen heeft, aarzel dan niet om deze te bespreken met iemand van het personeel.

Het CPU-team

Belangrijkste geneesmiddelen

Een groot aantal patiënten krijgt na hun verblijf op de CPU een aantal geneesmiddelen voorgeschreven. We sommen hier de belangrijkste op zodat u kunt terugvinden welke werking de u voorgeschreven middelen hebben. Voor iedere groep geneesmiddelen wordt er kort weergegeven wat het werkingsmechanisme is en wat mogelijke aandachtspunten voor de patiënt zijn. Per groep kan u voorbeelden vinden van de geneesmiddelen die het meest gebruikt worden in de praktijk. Vraag raad aan de arts of verpleegkundige indien u een geneesmiddel niet kunt terugvinden in deze lijst of indien u nog bijkomende vragen heeft.

Nitraten

Nitraten verslappen de spieren van de bloedvaten, waardoor deze zich verwijden en meer bloed doorlaten. Daardoor daalt de bloeddruk. Vooral bij angor (pijn op de borst) worden nitraten gebruikt om het zuurstofgebruik van het hart te verminderen. Door een snelle verwijding van de bloedvaten wordt er tijdelijk minder bloed aan het hart aangeboden. Dit ontlast het hart en vermindert de druk op de borst. De eerste week dat u dit geneesmiddel gebruikt kunt u hoofdpijn hebben maar meestal trekt deze vanzelf weer weg. Verder wordt het absoluut afgeraden om geneesmiddelen van het type Viagra® of Cialis® samen met dit geneesmiddel in te nemen. Bespreek dit indien nodig met uw arts.

Voorbeelden:

Stofnaam	Merksnaam
Isosorbidedinitraat	Cedocard®
Molsidomine	Coruno®
Nitroglycerine	Nitrolingual® (spray)

Ace-remmers

ACE-remmers worden voorgeschreven bij hoge bloeddruk. Ze verlagen de bloeddruk door een verwijding van de bloedvaten in de uiteinden van het lichaam, zoals de bloedvaten in de armen, benen, vingers en tenen. Doordat de bloedvaten beter openstaan, daalt de bloeddruk en wordt het hart minder zwaar belast. In die zin worden deze producten ook vaak gebruikt bij patiënten die hartschade

hebben opgelopen (bv. na een hartinfarct). Aangezien deze geneesmiddelen kunnen werken op de functie van uw nieren en de zouthuishouding kan het zijn dat er een controle bloedafname afgesproken wordt.

Voorbeelden:

Stofnaam	Merksnaam
Quinapril	Accupril®
Irbesartan	Aprovel®
Candesartan	Atacand®
Captopril	Capoten®
Perindopril	Coversyl®
Losartan	Cozaar®, Loortan®
Valsartan	Diovane®
Cilazapril	Inhibace®
Enalapril	Renitec®

Calcium-antagonisten

Calcium speelt een rol bij de samentrekking van spieren in de bloedvaten. Stoffen die de werking van calcium remmen, de zogenaamde calcium-antagonisten, zorgen ervoor dat calcium deze spiercellen moeilijk kan binnenkomen. Sommige calcium-antagonisten werken sterk op het hart en verlagen daar het hartritme en de kracht van de hartslag. Andere werken juist sterk op de spieren in de bloedvaten, wat tot verwijding van bloedvaten leidt.

Voorbeelden:

Stofnaam	Merksnaam
Nifedipine	Adalat®
Amlodipine	Amlor®
Verapamil	Isoptine®
Felodipine	Plendil®
Diltiazem	Tildiem®
Lercanidipine	Zanidip®

Betablokkers

Betablokkers blokkeren de werking van de zogeheten bèta-adrenerge receptoren. Deze bèta-receptoren zitten voornamelijk op de cellen van het hart en in de bloedvaatjes in spieren, longen en baarmoeder. Door het blokkeren van deze bèta-receptoren kunnen de stresshormonen waaronder adrenaline, hun werk niet meer doen. Hierdoor verlaagt het hartritme en verminderen de pompkracht en de hoeveelheid bloed die het hart per minuut het lichaam inpompt.

Voorbeelden:

Stofnaam	Merksnaam
Atenolol	Tenormin®
Carvedilol	Dimitone®, Kredex®
Bisoprolol	Emconcor®, Isoten®
Metoprolol	Lopresor®, Seloken®, Selozok®
Sotalol	Sotalex®

Plaatjesremmers

De plaatjesremmers zorgen ervoor dat de bloedplaatjes (thrombocyten), die verantwoordelijk zijn voor het klonteren van bloed, minder goed werken. Doordat ze niet goed meer samenklonteren of doordat de bloedplaatjes zich niet meer goed aan de wand van de bloedvaten kunnen hechten, treedt minder snel ongewenste stolling in de vorm van trombose of embolie op.

Voorbeelden:

Stofnaam	Merksnaam
Acetylsalicylzuur	Asaflow®, Aspirine®, Cardioaspirine®, Dispril®
Clopidogrel	Plavix®
Ticlopidine	Ticlid®

Opmerking

Wie een ballondilatatie en/of stentimplantatie heeft ondergaan krijgt bloedverduunners, meer bepaald Ticlid® of Plavix®, voorgeschreven. Het is

van uitermate groot belang dat u deze medicatie zeer strikt gedurende de voorgeschreven periode blijft innemen. Het vroegtijdig stoppen van deze medicatie, om welke reden dan ook, moet u altijd eerst met uw behandelende cardioloog bespreken.

Bloedvetverlagende middelen

Om uw bloedvetten (cholesterol) te verlagen worden meestal geneesmiddelen uit de klasse van de statines voorgeschreven, hoewel ook andere klassen bestaan. De statines zorgen ervoor dat er minder cholesterol wordt aangemaakt in uw lichaam. Uzelf moet in de gaten houden dat u geen spierpijn krijgt. Meestal zal de arts na het opstarten van dit geneesmiddel een nieuwe bloedafname doen om de lever en de spieren te controleren. Uiteraard is het ook van groot belang dat u op uw dieet let en niet te veel vetten via uw voeding opneemt.

Voorbeelden:

Stofnaam	Merksnaam
Pravastatine	Pravasine®
Rosuvastatine	Crestor®
Simvastatine	Zocor®
Atorvastatine	Lipitor®

Algemene aandachtspunten

Neem geneesmiddelen steeds in zoals voorgeschreven door uw behandelende arts. Verander de voorgeschreven dosis nooit op eigen initiatief en stop niet zelf met de behandeling.

Raadpleeg uw arts indien u last heeft van hinderlijke bijwerkingen zodat u samen met hem naar een oplossing kunt zoeken.

Nazorg lies

Indien u een hartkatheterisatie, ballondilatatie of stentimplantatie heeft ondergaan zijn er een aantal aandachtspunten die u de eerste week na dit onderzoek in acht moet nemen.

- U mag douchen, maar u mag geen ligbad nemen of zwemmen;
- U mag geen zware lasten tillen;
- U mag niet fietsen;
- U mag niet persen op het toilet;
- U laat gedurende 5 dagen het verband op de lies zitten.

Wanneer u merkt dat er ter hoogte van de punctieplaats veranderingen optreden zoals roodheid, jeuk, warmte of een (pijnlijke) zwelling, neem dan contact op met uw huisarts.

Wat te doen bij pijn op de borst (= angor)

Angor of angina pectoris is een pijnlijk drukkend gevoel op de borst dat optreedt bij inspanning en weer verdwijnt als u even rust, hoewel het ook in rust kan optreden. De pijn kan uitstralen naar uw hals, de kaak, de linker- (soms rechter-) schouder, de bovenbuik of tussen de schouderbladen. Het geeft een benauwd gevoel en gaat vaak gepaard met zweten, bleek zien en angst. Meestal verdwijnt deze pijn binnen 15 minuten.

Een aanval van pijn op de borst is een waarschuwing dat uw hartspier te weinig zuurstof krijgt, maar het betekent daarom niet dat u een hartinfarct krijgt.

Factoren die een aanval van pijn op de borst kunnen uitlokken:

- Lichamelijke inspanning (dit is de belangrijkste uitlokkende factor);
- Koude;
- Emoties;
- Koorts;
- Een zware maaltijd.

Wat moet u doen indien u (opnieuw) te maken krijgt met een aanval van pijn op de borst?

- Stop met inspannende activiteiten en neem rust;
- Indien dit werd voorgeschreven door uw arts; leg 1 tablet van 5 mg Cedocard® onder de tong of spray met Nitrolingual®;
- Contacteer uw huisarts of de 100 (112 via GSM) indien de pijn langer dan 20 minuten aanhoudt of zich binnen het uur herhaalt.

Voeding

Eén van de dingen die u zelf kunt doen om hart- en vaatziekten te voorkomen of een halt toe te roepen is gezonde voeding gebruiken. Enkele aanbevelingen voor gezonde voeding:

- Kies de juiste soorten vet: wees matig met verzadigd vet. Verzadigde vetten komen vooral voor in dierlijke voedingsmiddelen, uitgezonderd in vis;
- Gebruik magere en halfvolle melk en melkproducten, magere kaas- en vleessoorten;
- Kies dieetmargarine of dieethalvarine voor op het brood en olijfolie en dieetvet voor de bereiding van de warme maaltijd;
- Eet voldoende groenten en fruit. Iedere dag 200 gram groente en twee stuks fruit worden aanbevolen;
- Eet vaker vis. Vis, vooral vette vis bevat het goede soort vet. Eet 1 tot 2 keer per week vis;
- Beperk cholesterol in de voeding. Gebruik niet meer dan 3 eieren per week en gebruik niet vaker dan 1 keer per 14 dagen orgaanvlees;
- Gebruik niet meer dan 2 alcoholische consumpties per dag;
- Tracht een goed gewicht te bereiken en te behouden;
- Gebruik minder zout, aangezien zout in verband wordt gebracht met verhoogde bloeddruk;

Dit zijn algemene aanbevelingen. Een diëtist kan u een persoonlijk aangepast dieetadvies verstrekken.

Lichaamsbeweging

Lichaamsbeweging is van groot belang voor het voorkomen van hart- en vaatziekten, maar is daarnaast ook heel belangrijk voor mensen die al hart- of vaatproblemen hebben.

Wilt u graag weten of u veilig kunt blijven sporten of wilt u graag beginnen sporten? Weet u niet welke inspanningen u mag doen? Raadpleeg dan uw arts. Samen met hem kunt u bekijken welke inspanningen haalbaar en gezond zijn voor uw lichaam en voor welke sporten u in aanmerking komt.

Roken

Iedereen weet het: roken vergroot de kans op hart- en vaatziekten. Voor mensen met hart- en vaatziekten is het van uitermate groot belang dat men zo spoedig mogelijk stopt met roken om een snelle evolutie van de ziekte tegen te gaan. Stoppen met roken is zo moeilijk omdat het lichaam aan nicotine verslaafd is en omdat men aan de handeling van het roken gewend is. Anders gezegd: roken is zowel lichamelijk als geestelijk verslavend.

Hart- en vaatziekten worden in de hand gewerkt door verschillende factoren, meestal in combinatie met elkaar: roken, een hoog cholesterolgehalte, hoge bloeddruk, overgewicht of onvoldoende lichaamsbeweging. Uit onderzoek blijkt dat roken een zeer belangrijke factor is. Voor mensen die willen stoppen met roken is er binnen het UZA een dienst aanwezig die rookstopbegeleiding aanbiedt. Wat houdt dat nu precies in. De ontwenningbegeleiding omvat 9 sessies gespreid over 6 maanden. Tijdens de eerste ontmoeting wordt de motivatie voor het stoppen met roken geëvalueerd en wordt de afhankelijkheid van nicotine bepaald. De tweede sessie bereidt het moment voor waarop definitief met roken moet gestopt worden. In de eerste twee cruciale rookstopweken worden er nog 2 sessies gehouden. Nadien vinden de bijeenkomsten plaats om de 14 dagen en nog later om de maand. Na 6 maanden is er nog een evaluatiesessie.

Voor bijkomende informatie over deze rookstopbegeleiding kunt u terecht op de raadpleging longziekten van het Universitair Ziekenhuis Antwerpen (03/821.35.37)

Ontslagdocumenten en verdere opvolging

Bij ontslag krijgt u de volgende documenten mee:

Een brief voor uw huisarts

Zodra u thuis bent, verwittigt u uw huisarts en overhandigt u hem de medische ontslagbrief, zodat hij op de hoogte is van uw gezondheidstoestand en adequaat kan reageren indien er zich problemen zouden voordoen met uw gezondheid. Een kopie van deze brief wordt (indien van toepassing) naar uw verwijzende cardioloog gestuurd.

Een geneesmiddelenvoorschrift

Dit krijgt u enkel als er nieuwe geneesmiddelen werden opgestart tijdens uw opname in het ziekenhuis.

Brief voor de huisarts

Geneesmiddelenvoorschrift + Terugbetalingsattest

Ticlid

Plavix

Andere:

Geplande onderzoeken

Dienst:

Datum + tijdstip:

Opmerking:

Dienst:

Datum + tijdstip:

Opmerking:

Geplande consultaties

Dienst:

Dokter:

Datum + tijdstip:

Opmerking:

Dienst:

Dokter:

Datum + tijdstip:

Opmerking:



UNIVERSITAIR ZIEKENHUIS ANTWERPEN

Wilrijkstraat 10
2650 Edegem
☎ + 32 (0)3 821 30 00
✉ + 32 (0)3 829 05 20
info@uza.be
www.uza.be