

Hoge bloeddruk

U bent bij ons opgenomen geweest voor de behandeling van een hoge bloeddruk (hypertensie). Tijdens een opname in het ziekenhuis gebeurt er veel. In deze brief geven wij u de belangrijkste informatie mee, zodat u die thuis nog eens kunt doorlezen. Wij adviseren u om deze brief mee te nemen bij de bezoeken aan uw huisarts of specialist.

Wat is hoge bloeddruk?

De bloeddruk is de kracht waarmee het bloed tegen de wanden van de bloedvaten drukt, na het samentrekken van de hartspier. Dit gebeurt ongeveer 60 tot 80 keer per minuut. De bloeddruk bestaat uit een bovendruk en een onderdruk. Een gemiddelde bloeddruk is 140 (bovendruk) en 90 (onderdruk). Dit wordt genoteerd als 140/90 mmHg. Deze waarde geldt als normaal tot een leeftijd van 80 jaar. Bij een hoge bloeddruk komt de bloeddruk boven de 140/90 mmHg.

Symptomen van hoge bloeddruk

U zult waarschijnlijk weinig merken van een te hoge bloeddruk. Dit wordt alleen ontdekt bij een bloeddrukmeting, uitgevoerd door een arts. Soms kunt u hoofdpijn hebben.

Behandeling van hoge bloeddruk

Uw arts zal u eerst adviseren te werken aan een gezonde leefstijl, om de bloeddruk te verlagen. Soms is dit niet voldoende en krijgt u ook medicijnen om de bloeddruk te verlagen. Uw arts kijkt hierbij naar:

- uw bloeddruk
- uw risicofactoren (bijvoorbeeld roken of een verhoogd cholesterolgehalte)
- het geschatte risico op hart- en vaatziekten. Hierbij wordt rekening gehouden met uw leeftijd en of u man of vrouw bent

De vijf belangrijkste groepen medicijnen tegen hoge bloeddruk zijn: plaspillen, bètablokkers, ACE-remmers, Angiotensine 2 antagonisten en calcium-antagonisten. Het hangt van de omstandigheden af welke medicijnen u krijgt. Waarschijnlijk begint u met één soort pil, maar een combinatie van pillen is ook mogelijk. Uw arts zal u uitleg geven over de werking van de medicijnen.

Leefregels bij hoge bloeddruk

Indien er een hoge bloeddruk bij u is geconstateerd, kunt u de bloeddruk verlagen door bovenstaande adviezen. Wat u extra kunt doen is:

- zorgen voor een gezond gewicht, bij overgewicht zou u kunnen afvallen
- niet roken
- matigen van alcoholgebruik
- voldoende lichaamsbeweging

- gevarieerd en gezond eten. De hoeveelheid zouten en vetten beperken in uw voeding
- beperken van stress en spanning

Voor uw thuismedicatie verwijzen wij u graag naar het actuele medicatie overzicht dat aan u is uitgereikt door de verpleegkundige. Denkt u verder aan eventueel gemaakte vervolgafspraken wat betreft aanvullend onderzoek (zoals bloedafname) en afspraken op de polikliniek?

Na uw opname

De eerste 24 uur na uw ontslag kunt u bij problemen contact opnemen met de afdeling cardiologie op telefoonnummer 079 - 3462808

Bent u langer dan 24 uur uit het ziekenhuis ontslagen dan kunt u contact opnemen met uw huisarts: hij of zij zal u eventueel verder helpen.

Meer informatie

www.hartstichting.nl

Wat vindt u van deze patiënteninformatie?

Wij horen graag uw mening over deze folder. Wilt u na het lezen enkele vragen beantwoorden? U vindt de vragen via deze link: <https://folders.hagaziekenhuis.nl/2228>. Dank u wel.

Spreekt u geen of slecht Nederlands?

De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Do you speak Dutch poorly or not at all?

This brochure contains information that is important for you. If you have difficulty understanding Dutch, please read this brochure with someone who can translate or explain the information to you.

Czy Państwa znajomość języka niderlandzkiego jest żadna lub słaba?

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

Hollandaca dilini hiç konuşamıyor musunuz veya kötü mü konuşuyorsunuz?

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilinde zorlanıyorsanız, bu broşürü, size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

إذا كنتم لا تتحدثون اللغة الهولندية أو تتحدثونها بشكل سيء إن المعلومات الموجودة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كانت لديكم صعوبة في اللغة الهولندية، فاحرصوا عندئذ على قراءة هذا المنشور مع شخص يترجم المعلومات أو يشرحها لكم.

