

Leefregels na een hartoperatie (via het borstbeen)

Hieronder staan de leefregels voor de eerste 6 weken na de operatie vermeld, waaraan u zich zo goed mogelijk moet houden.

Algemeen

- Dieet/eetgewoonte zoals voor de operatie.
- Alcohol is toegestaan, maar met mate (dit vanwege medicatie en eventuele bloedverdunding).
- Het advies is om te stoppen met roken.

Activiteiten

- Ondersteun het borstbeen met behulp van een kussentje bij hoesten en niezen.
- Bij ontslag niet zwaarder tillen dan 2 kg. Per week mag dit uitgebreid worden met 1 kg.
- Na 6 weken mag u weer volledig tillen en bewegen, mits de fysieke conditie dit toelaat.
- Geen zwaar huishoudelijk werk.
- Geen kleine kinderen optillen.
- Geen honden aan de riem uitlaten.
- Conditie rustig opbouwen door middel van lichaamsbeweging, wandelen en eventueel fietsen op een hometrainer.
- U krijgt een afspraak mee voor de polikliniek. Het traject van de hartrevalidatie en de start daarvan wordt dan met u besproken.
- Geen autorijden tot dat u bij de cardioloog bent geweest.
- Werkhervatting gaat in overleg met uw cardioloog en eventueel de bedrijfsarts.
- Neem voldoende rust.

Wond

- Dagelijks de wond(en) uitspoelen met een zachte straal van de douchekop/sproeier.
- Eerste 6 weken wordt het nemen van een bad afgeraden.
- Gebruik geen zeep, zalf of poeder direct op de wond.
- Dep de wond droog na het wassen/douchen en gebruik hiervoor een afzonderlijke handdoek.
- Er kan wit hechtdraad zichtbaar zijn. Hier hoeft u niets mee te doen. Dit lost in ongeveer 6 weken op.
- Indien u nog blauw hechtdraad heeft, kunt u deze bij de postoperatieve controle in het ziekenhuis laten verwijderen.
- Het kan zijn dat u een bobbel heeft aan de bovenkant van de borstwond. Dit is onderhuids vocht dat in/na 6 weken vanzelf wegtrekt.

- Bij voorkeur het eerste jaar niet met de wond direct in de zon. Anders beschermen met een hoge factor.
- TED (steun-)kousen de eerste 6 weken alleen overdag dragen.
- Voor vrouwen: het liefst de eerste 6 weken 24 uur per dag een BH zonder beugel dragen.

Medicatie

- Medicatie kan gewijzigd zijn. De medicatie die u bij ontslag heeft gekregen, moet u aanhouden.
- Herhaalrecepten kunt bij de behandelend cardioloog halen.
- Medicatie wordt bij uw cardioloog opnieuw bekeken en besproken, dit kan eventueel aangepast worden.
- Indien u antistolling gebruikt:
 - Op de doseringslijst antistolling staat voor de komende dagen vermeld hoeveel tabletten u moet innemen.
 - De Trombosedienst wordt via het ziekenhuis ingeschakeld. En neemt contact met u op om de INR te controleren en u verder door te doseren.
 - Bij bezoek aan de (tand)arts moet u vermelden dat u antistolling gebruikt!
- Indien u een klepoperatie heeft ondergaan, moet u dit steeds melden bij (tand)artsbezoeken!

Overige

- Na een hartoperatie kan u sneller emotioneel reageren dan anders. Dit is normaal; er is in een korte periode veel gebeurd. Dit zal in de loop van de tijd verminderen.
- Het borstbeen is gehecht met staaldraad. Metaaldetectoren (bijvoorbeeld op vliegvelden) reageren niet op het staaldraad.
- Indien u een kunstklep heeft, moet u dit melden bij radiologie-onderzoeken (MRI).

Contact

Wanneer u binnen 4 weken na ontslag last krijgt van onderstaande klachten, moet u contact opnemen met de afdeling. Er kan dan een inschatting worden gemaakt wat de eventuele vervolgacties zijn. Indien de klachten na die periode ontstaan, moet u eerst contact opnemen met uw behandelend cardioloog of huisarts.

- Bij een temperatuur van 38.5 graden of hoger.

- Bij niet afnemende kortademigheid.
- Bij veranderingen aan de wond zoals:
 - lokale roodheid of zwelling;
 - wijkende wondranden;
 - productie van wondvocht;
 - toenemende pijn.

Heeft u klachten van hartkloppingen, onregelmatige hartslag of herkenbare pijn op de borst? Neem dan meteen contact op met de behandelend cardioloog of bij spoed de Huisartsenpost of bel 112.

Telefoonnummer afdeling Cardiochirurgie: (070) 210 2310

Tot slot

Wij wensen u een voorspoedig herstel en staan u graag te woord bij eventuele vragen en/of onduidelijkheden.

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.

