

Leefregels na minimaal invasieve hartoperatie

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

Algemeen

- Het advies is om geen alcohol te drinken, als u toch drinkt niet meer dan één glas per dag (i.v.m. medicatie en eventuele bloedverduunning).
- Het advies is om te stoppen met roken.

Dieet

- Eet voldoende, voeding geeft het lichaam energie. Energie is belangrijk voor het lichaam om te bewegen en om alle processen in het lichaam goed te laten verlopen.
- Eet voldoende eiwitten, het lichaam heeft deze nodig als bouwstof voor de groei en het herstel, zoals bijvoorbeeld bij de genezing van een wond. Eiwitten kunnen niet als voorraad in het lichaam worden opgeslagen, het is dus belangrijk om dagelijks eiwitten te eten. Voedingsmiddelen die rijk zijn aan eiwitten zijn onder andere vlees, vis, eieren, melkproducten, noten en peulvruchten.

Activiteiten

- Geen zwaar huishoudelijk werk.
- Conditie rustig opbouwen door middel van lichaamsbeweging, wandelen en eventueel fietsen op een hometrainer.
- Geen autorijden tot dat u bij de cardioloog bent geweest.
- U krijgt een afspraak mee voor de polikliniek. Het traject van de hartrevalidatie en de start daarvan wordt dan met u besproken.
- 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 liefst het eerste jaar niet met de wond direct in de zon. Anders beschermen met een hoge factor.

Medicatie

- Medicatie kan gewijzigd zijn. De medicatie die u bij ontslag heeft gekregen, moet u aanhouden.
- Herhaalrecepten kunt bij de behandeld 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.
- 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 vervolgstappen 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, een onregelmatige hartslag of herkenbare pijn op de borst; neem dan gelijk 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.

572717022025