een santeon ziekenhuis

Aortadissectie type A en/of B - adviezen voor thuis

Na de behandeling van een splijting van de grote lichaamsslagader (aortadissectie type A en/of B) hebben patiënten na hun ontslag vaak nog veel (praktische) vragen. Hier vindt u tips, algemene leefregels en instructies voor het gebruik van bloedverdunnende medicijnen.

U krijgt deze informatie voordat u naar huis gaat of weer wordt overgeplaatst naar het ziekenhuis in uw regio.

Ontslaggesprek

Voordat u naar huis gaat, heeft u een gesprek met de zaalarts of verpleegkundig specialist. U heeft dit gesprek meestal tijdens het bezoekuur, zodat uw partner of een familielid erbij kan zijn. Twee mensen horen immers meer dan een. De zaalarts of verpleegkundig specialist schrijft medicijnen voor en u krijgt adviezen mee voor thuis. U kunt tijdens dit gesprek ook al uw eventuele vragen stellen. Het is handig om ze van tevoren op te schrijven. Dan vergeet u niets.

- **Ontslagbrief voor uw huisarts**

U krijgt een ontslagbrief mee voor uw huisarts, inclusief een kopie. Het is belangrijk dat iemand de originele ontslagbrief zo snel mogelijk bij uw huisarts bezorgt. Vraag diegene de brief af te geven, en niet in de brievenbus te doen. Zo weet u zeker dat uw huisarts de brief krijgt en op de hoogte is van uw thuiskomst.

De kopie van de ontslagbrief draagt u bij u. In geval van nood kan een hulpverlener dan lezen dat u opgenomen bent geweest voor een aortadissectie type A en/of type B. Wilt u de kopie van de brief bij uw eerstvolgende afspraak op de poli meenemen? U hoeft de kopie na deze afspraak niet langer bij u te dragen.

- **Recept voor medicijnen**

U krijgt verder een recept mee voor medicijnen. U kunt de medicijnen afhalen bij de St. Antonius Apotheek. U kunt uiteraard ook aan uw naasten vragen of zij de medicatie even bij de ziekenhuisapotheek willen ophalen.

Bij de apotheek kunt u ook een overzicht krijgen van alle medicijnen die u gebruikt.

- **Doseringslijst voor bloedverdunnende medicijnen**

Het kan zijn dat uw arts u het bloedverdunnende medicijn Sintrom of Marcoumar® voorschrijft. U krijgt hiervoor een doseringslijst mee. Op deze lijst staat hoeveel tabletten u de eerste dagen na uw ontslag moet innemen. Hiervoor is regelmatig controle van uw bloed nodig. U kunt voor deze controles terecht bij de Trombosedienst in uw eigen gemeente. De eerste keer komt de Trombosedienst bij u thuis. Wij maken deze afspraak voor u. Op basis van de bloeduitslag krijgt u van de Trombosedienst een nieuwe dosering door. Uw arts bespreekt met u hoe lang u de bloedverdunnende medicijnen moet gebruiken.

Controleafspraken

Na ontslag krijgt u diverse controles. Hieronder leest u hier meer over.

Cardioloog

- Drie weken na uw ontslag komt u bij uw cardioloog voor controle. Als u in het St. Antonius Hartcentrum onder behandeling blijft, dan krijgt u deze afspraak mee of thuisgestuurd.
- **LET OP: Als u verder behandeld wordt in een ander ziekenhuis, maakt u deze controleafspraak zelf met de cardioloog van uw eigen ziekenhuis.**

Hart-longchirurg

- Drie maanden na uw ontslag heeft u een controleafspraak bij de hart-longchirurg van het St. Antonius Hartcentrum. U krijgt deze afspraak mee als u naar huis gaat na uw opname of u krijgt deze thuisgestuurd.
- Twijfelt u of deze controleafspraak gemaakt is? Vraagt u dit dan gerust na.

Bloedprikken en CT-scan

- Op de dag van de controle bij de hart-longchirurg krijgt u eerst een CT-scan.
- U laat voor dit onderzoek eerst bloedprikken. Ook het formulier voor het bloedprikken krijgt u mee als u naar huis gaat na uw opname of krijgt u thuisgestuurd.

Duur van uw herstel

Een aortadissectie type A en/of type B is een ingrijpende gebeurtenis. Houdt u dan ook rekening met een herstelperiode van een halfjaar tot een jaar. Hoe lang uw herstel precies duurt, is onder andere afhankelijk van het verloop van de operatie en van uw conditie voor uw opname.

Lichamelijk herstel

Bij thuiskomst zult u zich nog niet optimaal voelen. Waarschijnlijk is uw concentratievermogen minder dan normaal. Ook uw lichamelijke conditie is nog lang niet op peil. Dit komt door het acute karakter van de opname en alles wat u in het ziekenhuis meegemaakt heeft. Als u ook geopereerd bent, spelen de lange operatie, de narcose en de hart-longmachine ook een rol. Goede voeding, voldoende rust en geduld zijn belangrijke voorwaarden voor opbouw van uw conditie en herstel.

Spierpijn

De meeste patiënten hebben na de operatie spierpijn in de nek, rug, ribben en rond de schouder. Dit kan wel enkele maanden aanhouden. Daarna verdwijnt dit geleidelijk.

Emotioneel herstel

Na een aortadissectie type A en/of type B kunt u zich emotioneel en onzeker voelen. U kunt bijvoorbeeld zomaar huilen of geïrriteerd raken, terwijl u de volgende dag nergens meer last van heeft. Deze stemmingswisselingen zijn het gevolg van het acute karakter van de opname, alles wat u in het ziekenhuis heeft meegemaakt en de eventuele operatie. Belangrijk is dat u erkent dat deze emoties er zijn. Emoties wegstoppen zal u niet helpen. De klachten verdwijnen na verloop van tijd, als u verder op krachten komt. U kunt voor steun en begeleiding een

beroep doen op het St. Antonius Hartcentrum. Meer informatie hierover leest u hieronder.

Nazorg door het Hartcentrum

Ook als u weer thuis bent, kunt u voor steun en begeleiding een beroep doen op het St. Antonius Hartcentrum. U en uw familie kunnen bij vragen, onzekerheden en eventuele zorgen over de toekomst een beroep doen op de volgende medewerkers en afdelingen.

Maatschappelijk werk

U en zo mogelijk uw partner hebben tijdens uw opname een kennismakingsgesprek met een maatschappelijk werker van de afdeling Hart-Long Chirurgie. U bespreekt dan of u eventueel behoefte heeft aan begeleiding bij de emotionele en psychische gevolgen van uw opname. Als u dat wilt, kan de maatschappelijk werker u verder begeleiden. Ook als u weer thuis bent. U komt dan op de poli Maatschappelijk Werk (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/48)voor gesprekken.

Geestelijke verzorging

Niet alleen tijdens uw opname, maar ook thuis kunt u een beroep doen op de Geestelijke Verzorging (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/6442)van het St. Antonius Hartcentrum. U kunt contact opnemen via het algemene nummer. Vraagt u naar de geestelijk verzorger. U kunt ook een mail sturen naar geestelijkeverzorging@antoniusziekenhuis.nl (mailto:geestelijkeverzorging@antoniusziekenhuis.nl).

Nazorgpoli Intensive Care/Medium Care

U bent opgenomen geweest op de Intensive Care/Medium Care (IC/MC). Er is in deze periode misschien veel met u gebeurd. Hierdoor kunnen lichamelijke en/of psychische klachten ontstaan die soms lang kunnen duren. Denk aan slaapstoornissen, angsten, verminderde conditie en/of verminderde eetlust. Als u dat wilt, kunt u - wellicht samen met iemand die u na staat - een beroep doen op het nazorgtraject van de IC/MC. Meer informatie vindt u op de webpagina 'Nazorgpoli IC/MC' (https://www.antoniusziekenhuis.nl/sites/default/files/nazorgpoli_ic.pdf).

Vragen?

Heeft u nog vragen? Stel deze dan gerust aan de zaalarts, verpleegkundig specialist of een van de verpleegkundigen. U kunt ook na ontslag contact met hen opnemen. Meer informatie vindt u ook op deze pagina's:

- Splijting van de grote lichaamsslagader (aortadissectie type A en/of B) (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/4808)
- Aortaprothese plaatsen bij een aortadissectie type A (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/4142)
- Medicijnen en bedrust bij een aortadissectie type B (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/4146)

Leefregels voor thuis

Eenmaal thuis werkt u stap voor stap verder aan uw herstel. Hier vindt u uitleg over de leefregels die hiervoor belangrijk zijn.

Blijf niet alleen thuis

Zorg ervoor dat u de eerste 7 dagen na uw operatie niet alleen thuis bent. U kunt de dagen die u na de operatie nog in het ziekenhuis ligt in meerekenen. De operatiedag telt dus als dag 0. Als u zich niet lekker voelt, kan degene die bij u is voor u zorgen en zo nodig contact opnemen met uw huisarts of specialist. Lukt het niet om deze opvang met mensen uit uw omgeving te regelen? Dan zijn er verschillende mogelijkheden:

- **Vraag na bij uw gemeente** (buurtteam/WMO-loket) waar u informatie kunt vinden of hulp kunt vragen. Zij weten ook meer over de mogelijkheden om vrijwilligersorganisaties bij u in de buurt in te schakelen.
- **Huur personenalarmering:** U kunt een alarmapparaat huren met een zendertje aan een halshanger of polsband. Het apparaat staat in verbinding met uw telefoon. Als u bij een noodgeval hulp nodig heeft, kunt u door een druk op de knop van het alarmapparaatje hulp inschakelen. In de polis van uw zorgverzekering staat welke personenalarmering wordt vergoed.
- **Verblijf in een zorghotel:** In een zorghotel kunt u gebruik maken van hotelfaciliteiten en is er iemand in de buurt die u kunt waarschuwen als u zich niet lekker voelt. Wilt u weten of de kosten hiervan (gedeeltelijk) worden vergoed door uw zorgverzekeraar? Kijk in de polisvoorwaarden of neem contact op met uw zorgverzekeraar.

Doe rustig aan

Het is belangrijk dat u rustig aan doet, omdat uw wond nog niet goed genezen is. De oefeningen die u in het ziekenhuis deed met de fysiotherapeut, kunt u wel doen. Luister daarbij vooral goed naar uw lichaam en houd in de gaten wat u wel en niet aankunt. Neem op tijd rust en neem zo nodig 's middags even liggen. Na 7 tot 10 dagen kunt u langzamerhand steeds meer doen.

Bouw huishoudelijk werk langzaam op

- De eerste 6 weken mag u alleen licht huishoudelijk werk doen, zoals afwassen, koken, stoffen of een boodschapje halen.
- Na 6 weken mag u zwaarder huishoudelijk werk doen, zoals stofzuigen, dweilen, kinderen optillen en grotere boodschappen doen.

Ga niet meteen fietsen en/of autorijden

U kunt zich de eerste tijd na een aortadissectie minder goed concentreren. We adviseren u daarom de eerste 6 weken niet auto te rijden of te fietsen.

Wees zuinig met zout

Uw lichaam heeft de neiging om vocht vast te houden. Zoutarm eten kan dit tegengaan. We raden u daarom aan om vooral de eerste weken zuinig te zijn met zout.

Extra verzorging van de wond is niet nodig

Als u naar huis gaat is de wond dicht, maar nog wel kwetsbaar. U hoeft de wond thuis niet te verzorgen. Er hoeft ook geen verband meer op. Doe ook geen zalf of poeder op de wond, want dit verhoogt de kans op een infectie. Dan is de wond rood, opgezet en pijnlijk. Soms komt er vocht uit de wond en heeft u koorts. Vermoedt u dat uw

wond ontstoken is? Neem dan altijd contact op met de verpleegkundig specialist van het St. Antonius Hartcentrum. Is de wond nog niet dicht als u het ziekenhuis verlaat? Dan krijgt u van de verpleegkundige instructies mee voor de verzorging thuis.

Douchen mag, in bad nog niet

U kunt gewoon douchen. Dep de wond na het douchen goed droog met een zachte handdoek. De eerste 6 weken is het beter om niet in bad te gaan. Dit maakt de wond week, waardoor de wond minder goed geneest.

Matig met alcohol

Eén of twee glazen alcohol is geen probleem. Gebruikt u Sintrom of Marcoumar® en meer dan 2 glazen alcohol per dag? Geef dit dan door aan de Trombosedienst. Alcohol kan de bloedverdunnende werking van Sintrom namelijk versterken.

Sexualiteit zonder problemen

U kunt in principe zonder bezwaar sex hebben, dit is niet gevaarlijk voor uw aorta. Als u geopereerd bent, is het wel belangrijk om voorzichtig te zijn met de kwetsbare wond.

Bespreek wanneer u weer aan het werk kan

U kunt pas na een half jaar tot een jaar weer werken. Dit hangt af van het werk dat u doet en van uw conditie. U voelt zelf het beste aan wanneer u weer aan werken toe bent. Wij raden u aan om met uw specialist te bespreken wanneer u weer kunt werken en wat u wel en niet mag doen. Vaak is het verstandig om met halve dagen te starten en dit langzaam uit te breiden.

Bespreek wanneer u weer op vakantie kan

Als uw herstel naar wens verloopt, kunt u natuurlijk op vakantie. Het is verstandig dit wel eerst met uw cardioloog te bespreken als u na 3 weken voor uw eerste controle komt. Houdt u dan rekening met de volgende leefregels:

- u mag na 3 weken weer vliegen;
- u mag de eerste 6 weken nog niet zwemmen omdat de wond dan te week wordt;
- omdat de nieuwe huid snel verbrandt, is het verstandig de plaats waar uw wond zit een jaar lang uit de zon te houden. U kunt de huid afdekken met een pleister.

Complicaties voorkomen

Soms treden in de herstelperiode complicaties op. De volgende adviezen helpen om eventuele complicaties vroegtijdig op te sporen.

Neem 2x per dag uw temperatuur op

Neem de eerste 2 weken na thuiskomst 2x per dag uw temperatuur op: als u opstaat en 's avonds om ongeveer 20.00 uur. Dit is nodig om eventuele infecties tijdig te ontdekken. Is uw temperatuur 2 dagen achtereen 38,5 graden of hoger? Neem dan contact op met uw arts in het St. Antonius Ziekenhuis.

Houd uw gewicht bij

We raden u aan om u 3 weken lang iedere ochtend voor het ontbijt te wegen. Neem contact op met uw arts in het St. Antonius Ziekenhuis als:

- uw gewicht per dag met een pond of meer toeneemt,
- uw gewicht langzaam maar zeker toeneemt: het kan zijn dat u dan te veel vocht vasthoudt.

Wees alert op benauwdheid

Wordt u steeds kortademiger? En zakt dit na inspanning niet af? Neem dan contact op met uw arts in het St. Antonius Ziekenhuis. Ook dit kan wijzen op het vasthouden van vocht.

Wees alert op duizeligheid

Bent u duizelig of onvast ter been? Laat dit uw arts dan weten. U kunt hier last van krijgen als u verzwakt bent. Ook kunt u duizelig worden van de medicijnen voor de bloeddruk.

Wees alert op een snelle onregelmatige hartslag

Had u tijdens uw opname last van een snelle een onregelmatige hartslag? Dan kunt u daar thuis ook last van krijgen. U merkt dit duidelijk aan hartbonzen en een opgejaagd gevoel. Neem ook dan contact op met uw arts.

Wie belt u bij vragen en/of klachten?

Tot aan de eerste controle-afspraak bij uw eigen cardioloog, neemt u bij vragen en/of problemen altijd contact op met de afdeling Hart-Longchirurgie.

- Tijdens kantooruren (08.00 – 16.30 uur) kunt u bellen naar het secretariaat postoperatieve zorg: T 088 - 320 11 23.
- Buiten kantooruren neemt u contact op met de dienstdoende arts-assistent Hart-Longchirurgie. U belt dan het centrale telefoonnummer van het St. Antonius Ziekenhuis via T 088 320 30 00. Zij verbinden u dan door met de dienstdoende arts-assistent.

Na de eerste controle-afspraak neemt u bij klachten contact op met uw huisarts.

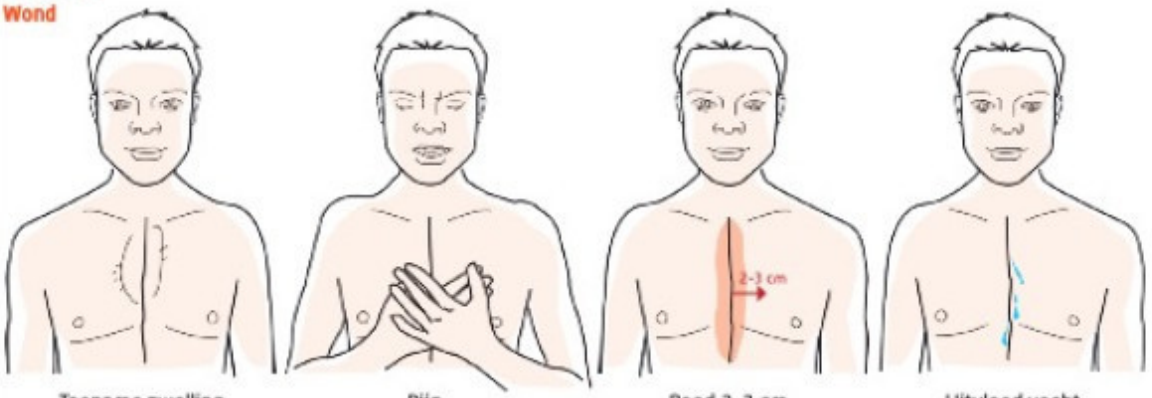
Belangrijkste leefregels in beeld

Op vindt u de belangrijkste leefregels na een hartoperatie in beeld.

Adviezen

ST ANTONIUS
een santeon ziekenhuis

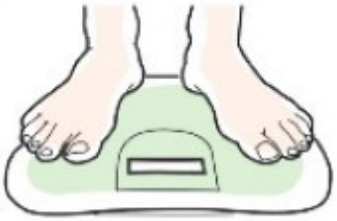
Controle
Wond



Toename zwelling | Pijn | Rood 2-3 cm | Uitvloed vocht

Meten (2 weken)

Gewicht



Elke ochtend bij opstaan

Temperatuur



Elke ochtend en avond

Overig

Kortademig



Duizelig



Hartkloppingen



Bellen bij:

- Zwelling, toename pijn, roodheid van meer dan 2-3 cm en/of vocht uit de wond
- Gewichtstoename meer dan 1 kg in 2 dagen
- Temperatuur bij meer dan 2 metingen van 38,5 of hoger
- Niet zakkend of toename kortademigheid, aanhoudend duizelig of hartkloppingen
- Algeheel ziek zijn



Werkdagen 08.00 - 17.00 uur: 088 - 320 11 23 vragen naar arts-assistent, verpleegkundig specialist of physician assistant
Avond, nacht en weekend: 088 - 320 30 00 vragen naar arts-assistent hartchirurgie

ANT 1598/1

Uw behandelteam

Hieronder is ruimte waar uw zorgverleners hun namen kunnen invullen en is er ruimte voor uw eigen aantekeningen.

U bent geopereerd door:

Uw zaalartsen waren:

Uw verpleegkundig specialisten zijn:

Uw maatschappelijk werker (indien van toepassingl) is:

Uw geestelijk verzorger (indien van toepassing) is:

Uw fysiotherapeut (indien van toepassing) is:

Uw diëtist (indien van toepassing) is:

Ruimte voor aantekeningen en vragen

Expertise en ervaring

Het St. Antonius Hartcentrum is een toonaangevend behandelcentrum voor alle vormen van hartklachten en -aandoeningen. We maken hierbij gebruik van de nieuwste behandelmethoden en –technieken. We zijn bovendien het grootste hartcentrum van Nederland en leveren kwalitatief hoogwaardige zorg tot ver buiten de regiogrenzen.

Jaarlijks voeren onze cardiologen en hartchirurgen gemiddeld 2000 hartoperaties en 2400 interventies (dotterbehandelingen, onderzoeken etc.) uit.

Meer informatie

Websites

- Hartstichting.nl (https://www.hartstichting.nl)
- Harteraad.nl (https://Harteraad.nl)

Gerelateerde informatie

Aandoeningen

- Aortadissectie (splijting van de grote lichaamsslagader) (https://www.antoniusziekenhuis.nl/aortadissectie-splijting-van-de-grote-lichaamsslagader)

Behandelingen & onderzoeken

- Aortadissectie type A - behandeling (https://www.antoniusziekenhuis.nl/aortadissectie-type-behandeling)
- Aortadissectie type B - behandeling (https://www.antoniusziekenhuis.nl/aortadissectie-type-b-behandeling)

Specialismen

- Hartcentrum (https://www.antoniusziekenhuis.nl/hartcentrum)
- Cardiologie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/cardiologie)
- Hart-longchirurgie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/hart-longchirurgie)

Contact Hartcentrum **T 088 320 11 00**