Rondom uw hartoperatie

Een hartoperatie is een grote operatie. Hoe kunt u zich het beste voorbereiden op de opname en hoe verloopt deze? Hoe verloopt de dag van de hartoperatie en hoe werkt u aan uw herstel als u eenmaal weer thuis bent? Hieronder vindt u algemene informatie rondom uw hartoperatie.

Voordat u wordt opgenomen

Hieronder vindt u algemene informatie over de periode voor uw opname.

Hartteam

Uw eigen cardioloog geeft uw gegevens door aan het hartteam. Zij bespreken uw gegevens. Het hartteam bestaat uit een cardioloog en een hart-longchirurg. Op basis van uw gegevens adviseren de artsen of u in aanmerking komt voor een hartoperatie. Het kan zijn dat het hartteam aanvullende informatie nodig heeft om een goed advies te kunnen geven.

Wachttijd

Voor een hartoperatie is meestal een wachttijd, tenzij het om een acuut levensbedreigende situatie gaat. Hoe lang het duurt voordat u geopereerd kunt worden, hangt af van:

- de lengte van de wachtlijst;
- de operatie die u krijgt; en
- de voorbereidingen die daarvoor nodig zijn.

Onderzoeken op de Preoperatieve Polikliniek

Een paar weken voor de operatie roepen wij u op om naar de Preoperatieve Polikliniek te komen voor een aantal controleonderzoeken, zoals bloedafname en een foto van hart en longen. Tijdens uw bezoek heeft u ook een gesprek met de cardioloog, fysiotherapeut en de anesthesist (de arts die goedkeuring moet geven dat u onder narcose wordt gebracht). Het totale programma op de Preoperatieve Poli neemt ongeveer een halve dag in beslag. Na de onderzoeken en gesprekken mag u weer naar huis.

- **Neuskweek**

Om de kans op een infectie zo klein mogelijk te maken, nemen we op de Preoperatieve Polikliniek ook een neuskweek bij u af. U krijgt daarnaast informatie van ons over het zalven van uw neus voor de operatie. Het is de bedoeling dat u 5 dagen voor de operatie begint met het gebruik hiervan. Een recept voor de neuszalf geven wij u mee tijdens uw bezoek aan de Preoperatieve Polikliniek. Houd u er rekening mee dat u de zalf alleen kunt ophalen bij onze St. Antonius Apotheek. U kunt deze niet krijgen bij uw eigen apotheek.

Meer informatie over het gebruik van de neuszalf vindt u op onze webpagina Neuszalf bij hartoperatie

(instructie). (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/5970)

- **Cardioloog**

De cardioloog bespreekt uw medische voorgeschiedenis met u en doet een lichamelijk onderzoek.

- **Fysiotherapeut**

Voor een screening van uw fysieke conditie wordt u verwezen naar de afdeling Fysiotherapie. Hier worden risicofactoren en uw huidige beweegniveau uitgevraagd en wordt (als dat nodig is) uw longfunctie gemeten. Indien noodzakelijk, krijgt u uitleg over hoe u uw ademspierfunctie kunt trainen met een Threshold (een ademspierapparaatje). Ook krijgt u beweegadviezen en informatie over fysiotherapie (ademhalingsoefeningen, oefentherapie en mobiliseren) na uw operatie.

Belangrijk: de fysiotherapeutische screening (voorafgaand aan uw operatie) is niet opgenomen in uw basisverzekering. Uw zorgverzekeraar vergoedt de behandelingen als u voor fysiotherapie verzekerd bent met een aanvullende verzekering. Bent u niet aanvullend verzekerd? Dan komen de behandelingen voor uw eigen rekening. Als uw zorgverzekeraar uw behandelingen niet (meer) vergoedt, dan gelden de tarieven op onze website (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/6870).

- **Anesthesist**

De anesthesist (verdovingsarts) is de arts die goedkeuring moet geven dat u onder narcose gebracht wordt.

- **Risico-onderzoek**

Als u 70 jaar of ouder bent, verwachten wij u na de overige controles en gesprekken in de bezoekersruimte. Hier kijken we naar het risico op ondervoeding, verwardheid en vallen. Waar nodig krijgt u voor de operatie hierin al extra begeleiding of behandeling.

Het totale programma op de Preoperatieve Polikliniek duurt ongeveer een halve dag.

Emotionele ondersteuning

Een hartoperatie kan ingrijpend zijn en veel onzekerheden en emoties met zich meebrengen voor u en uw naasten. Mocht u in de periode voorafgaand aan, tijdens of na uw opname behoefte hebben om te praten over de gevoelens en emoties die de operatie bij u oproept, kunt u contact opnemen met de medisch maatschappelijk werker van het St. Antonius Hartcentrum.

Voorbereiding op uw opname

Hieronder vindt u informatie over hoe u zich kunt voorbereiden op uw opname.

Regel alvast hulp voor na uw operatie

- **Huishoudelijke hulp**

Het is belangrijk om voor uw opname na te gaan of u na de operatie thuis voldoende opvang heeft. Als u na de operatie naar huis gaat, mag u de zwaardere huishoudelijke werkzaamheden nog niet doen. Het geeft rust om deze hulp vooraf te regelen.

- **Iemand die de eerste dagen na uw operatie thuis bij u kan zijn**

Ook raden wij u aan de eerste 7 dagen na uw operatie niet alleen thuis te zijn. Als u geen partner heeft en de opvang die u nodig heeft niet kunt regelen binnen uw familie- of kennissenkring, kunt u een logeerplek regelen in bijvoorbeeld een zorghotel. Dit is een particuliere instelling die zorg op maat levert aan iedereen die na een ziekenhuisopname zorg nodig heeft en niet meteen naar huis kan of wil. Naast alle gangbare services heeft u de mogelijkheid om 24 uur per dag een beroep te doen op professionele zorg- en dienstverlening die in het hotel aanwezig is. Informeer vooraf naar de kosten en in hoeverre uw zorgverzekeraar deze vergoedt. Mocht u gebruik willen maken van een zorghotel, dan moet u dit zelf regelen!

Breng uw conditie op peil

De kans op complicaties is sterk afhankelijk van de aard van de ingreep en uw lichamelijke conditie. Daarom is een goede voorbereiding in de weken voor de operatie erg belangrijk. Probeer uitgerust naar het ziekenhuis te komen, gezond te eten, niet te roken en een gezond lichaamsgewicht te bereiken. U kunt ook het filmpje 'Beter uit bed (https://www.antoniusziekenhuis.nl/beter-uit-bed)' bekijken.

Het is belangrijk dat u uw conditie behoudt voordat u de operatie heeft. Probeer daarom in beweging te blijven. Dit kunt u het beste doen door de momenten waarop u gaat bewegen te verspreiden over de dag door bijvoorbeeld een aantal keer een stukje te wandelen of te fietsen.

Let op!: Doe dit alleen als uw klachten het toelaten.

Heeft u vragen over voeding, leefregels, beweegregels of andere dingen? Kijk dan op de website van de Nederlandse Hartstichting (http://www.hartstichting.nl) of neem contact op met de afdeling Fysiotherapie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/280) van ons ziekenhuis.

Begin 5 dagen voor uw opname met neuszalf

Op de Preoperatieve Poli heeft u een recept voor neuszalf meegekregen. Het is de bedoeling dat u 5 dagen voor de operatie begint met het gebruik hiervan. Op onze webpagina Neuszalf bij hartoperatie (instructie) (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/5970)leest u meer over het gebruik van de neuszalf.

Vul de vragenlijst in en neem deze mee naar de opname

Om een indruk te krijgen van uw gezondheid en klachten vóór de operatie, vragen wij u van tevoren thuis een vragenlijst in te vullen en deze mee te nemen naar uw opname.

Overige voorbereidingstips voor uw opname

Op onze webpagina Opname in het ziekenhuis (operatie) (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/6440) leest u hoe u zich op uw opname voorbereidt en wat u mee kunt nemen naar het ziekenhuis.

Dag van opname

Uw opname is op de verpleegafdeling Cardiothoracale Chirurgie (Hart- Longchirurgie) van het St. Antonius Hartcentrum. Hier blijft u tot de operatie. Het is goed om iemand mee te nemen op de dag van de opname. Dan kunt u het een en ander daarna nog eens rustig doorspreken.

Opnamegesprek en onderzoeken

Op de dag van opname halen wij u op uit de bezoekersruimte en voeren een opnamegesprek. Ook doen we wat onderzoeken bij u. Het gesprek en de onderzoeken worden gedaan door de arts-assistent Cardiologie en/of de verpleegkundig specialist. Afhankelijk van de soort hartoperatie die u krijgt, spreekt u met een arts-assistent Cardiologie of de verpleegkundig specialist. De verpleegkundig specialist is een verpleegkundige die door een aanvullende opleiding (Master Advanced Nursing Practise) bepaalde taken van de arts kan overnemen, zoals het opnamegesprek en het lichamelijk onderzoek. De verpleegkundig specialisten werken samen met de artsen en verpleegkundigen van de afdeling.

Voor uw operatie komen ook de zorgverleners en medewerkers die u tijdens uw opname regelmatig zal zien, kennis met u maken, waaronder de verpleegkundige en de hart-long chirurg. Als u vragen heeft kunt u deze aan hen stellen.

Ontharen

Als het nodig is om uw borst of liezen te ontharen, doet de verpleegkundige dit de dag voor de operatie met een speciaal apparaatje. Dit is om wondjes en de kans op infecties te voorkomen.

De dag van operatie

Hieronder vindt u informatie over het verloop van de dag van de operatie.

Nuchter

Als u geopereerd wordt, is het belangrijk dat u nuchter bent om te voorkomen dat u misselijk wordt tijdens de operatie. Per ingreep vindt u informatie over wat u nog mag eten en drinken. Dit is ook afhankelijk van het tijdstip waarop u geopereerd wordt.

Let op: Vanaf 00.00 uur moet u nuchter zijn. U mag geen eten, drinken en tabletten meer innemen vanaf die tijd.

Onderzoeken

Het is mogelijk dat u op de dag van de operatie, als dat nodig is, nog extra onderzoeken krijgt.

Vlak voor de operatie

- Nadat u zich heeft opgefrist, krijgt u operatiekleding aan.
- Vanaf 00.00 uur mag u niet meer de haren nat maken, zeep en deo gebruiken of uzelf insmeren met bodylotion of crème.
- Soms is het nodig (bij operaties aan de aorta of de hartklep) om de hersenactiviteit in de gaten te houden. In dat geval krijgt u speciale EEG-stickers op uw hoofd geplakt.
- Ongeveer 1 uur voor de operatie krijgt u 2 stuks paracetamol.

Opvang van uw familie en naasten

Twee van uw familieleden/naasten kunnen in het ziekenhuis wachten tot de operatie klaar is. Hiervoor is een

speciale wachtruimte op de IC/MC en de uitslaapkamer. Afhankelijk van wanneer u aan de beurt bent, mogen uw familieleden/naasten zich daar om 12.00 uur of 16.00 uur melden. Zij worden opgevangen en begeleid door een familiebegeleider van de IC/MC. Deze zorgt ervoor dat een (assistent) arts hen na afloop van de operatie laat weten hoe het gegaan is. Ook spreekt hij of zij met uw familie af wanneer zij naar u toe mogen.

Vlak na uw operatie

Meteen na uw operatie wordt u naar de uitslaapkamer of de Intensive Care (IC) gebracht. Een familiebegeleider brengt uw naasten meteen bij u. Een team van verpleegkundigen, artsen en fysiotherapeuten bewaakt u de eerste tijd intensief.

U haalt na de operatie nog niet zelf adem. Een beademingsapparaat neemt uw ademhaling over. Hoe lang dit nodig is, verschilt per operatie. Zolang u aan de beademing ligt houden we u kunstmatig in slaap. Als het goed met u gaat beslist de arts van de IC of u wakker gemaakt mag worden.

Zodra u weer kunt ademen zonder hulp van de beademingsmachine, komt de fysiotherapeut bij u. Deze kijkt hoe het ademen gaat, geeft u ademhalingsoefeningen en helpt u zo nodig bij het ophoesten van slijm.

Er wordt als dat mogelijk is, ook al gestart met weer beweging komen (vroege mobilisatie). Dit bevordert namelijk het herstel. Hierbij wordt u door de fysiotherapeut of verpleegkundige geholpen.

Terug op de verpleegafdeling

Zodra het weer iets beter met u gaat, brengen wij u weer naar de verpleegafdeling.

Vanaf dan kunt u steeds meer zelf gaan doen, zoals uit bed komen en u zelf wassen. Waar nodig begeleiden de verpleegkundigen u hierbij. De arts (assistent) of verpleegkundig specialist komt elke dag bij u langs om te kijken of u goed herstelt.

Als bloedvaten uit uw been zijn gebruikt voor een bypassoperatie, krijgt u op maat gemaakte steunkousen. Die trekt u steeds aan als u langere tijd uit bed bent. De steunkousen voorkomen dat u benen dik worden door vochtophoping. U mag de kousen niet zelf aan- of uittrekken, omdat uw borstbeen dan los kan komen te zitten. Deze kousen blijft u dragen tot 6 weken na de operatie (behalve 's nachts).

Als uw cardioloog in het St. Antonius Ziekenhuis werkt, blijft u in dit ziekenhuis. Als uw cardioloog in een ander ziekenhuis werkt, brengt een ambulance u na 3 dagen naar uw eigen ziekenhuis. Dit gebeurt uiteraard alleen als uw toestand dit toelaat en als er plek is in het desbetreffende ziekenhuis.

Camerabewaking

Het komt regelmatig voor dat patiënten op de verpleegafdeling na een operatie onrustig en verward worden. Om dreigende valincidenten of pogingen van de patiënten om hulpmiddelen te verwijderen op tijd te zien, kiezen we soms voor extra bewaking met een camera. Als de patiënt hier geen toestemming voor kan geven, vragen we de familie toestemming om de camera aan te zetten.

Fysiotherapie

De fysiotherapeut komt de eerste dag na uw operatie bij u langs. Hij of zij controleert uw ademhaling en als dat

nodig is, krijgt u hulp bij het ophoesten van slijm (sputum). Daarnaast is het belangrijk om zo vroeg mogelijk na uw operatie weer in beweging te komen. De fysiotherapeut en de verpleegkundige helpen u hierbij door een aantal oefeningen die u op een stoel kunt doen.

In de dagen daarna mag u het lopen weer opbouwen. Zo wandelt u eerst op de kamer, daarna op de gang van de verpleegafdeling en daarna in de centrale hal van het ziekenhuis. Tot slot oefent u het traplopen. De fysiotherapeut let op uw polsslag, houding, ademhaling en uithoudingsvermogen. Om nek- en schouderklachten te voorkomen krijgt u een informatiefolder met oefeningen en adviezen.

Naar huis

Na ongeveer 5 tot 10 dagen gaat u naar huis. Dit lijkt misschien snel maar tegen die tijd bent u in staat u zelf weer te verzorgen, te lopen en trap te lopen.

Wat krijgt u mee naar huis?

Voordat u naar huis gaat, heeft u nog een gesprek met de (assistent) cardioloog, de (assistent) hart-longchirurg of de verpleegkundig specialist die u vanaf de operatie gevolgd heeft. Daarnaast krijgt u het volgende mee naar huis:

- een ontslagbrief voor uzelf en uw huisarts;
- een recept voor medicijnen;
- als u bepaalde bloedverdunners gebruikt, krijgt u een brief voor de Trombosedienst en een eerste afspraak voor controle;
- richtlijnen voor lichamelijke oefeningen die u thuis kunt doen en adviezen over hoe u het beste uw dagelijkse activiteiten kunt hervatten;
- Als u een dieet moet volgen, brengt de diëtist u een dieetlijst en geeft u hierover nadere informatie;
- De fysiotherapeut informeert u over de poliklinische hartrevalidatie na ontslag uit het ziekenhuis.

Poliklinische hartrevalidatie

Na uw ontslag gaat u voor controle naar uw eigen cardioloog. Bent u onder behandeling van een cardioloog in een ander ziekenhuis, dan vindt de poliklinische hartrevalidatie daar plaats.

Hartrevalidatieteam

Het hartrevalidatieteam bestaat uit een cardioloog, fysiotherapeut, verpleegkundig specialist, diëtiste, psycholoog en medisch maatschappelijk werker. Dit team houdt zich bezig met uw herstel na ontslag uit het ziekenhuis.

Intakegesprek en bewegingsprogramma

De poliklinische hartrevalidatie bestaat uit een intakegesprek, voorlichting, leefstijlprogramma en bewegingsprogramma. Tijdens uw opname in het ziekenhuis maakt de fysiotherapeut al afspraken met u voor het intakegesprek.

Intakegesprek

Ongeveer 2 weken na uw ontslag krijgt u een intakegesprek met de fysiotherapeut. Tijdens dit gesprek bespreken we met u het herstel na ontslag en het huidige functioneren. We stellen samen met u uw revalidatiedoelen vast. Ook krijgt u voorlichting, beweegadviezen en oefeningen op maat. In overleg met u kan er een intakegesprek met de medisch maatschappelijk werker worden afgesproken. Dit gesprek kunt u alleen voeren of met uw naaste(n).

Bewegingsprogramma

Voordat u start met het bewegingsprogramma, nodigen wij u uit voor een ECG (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/5454) en een fietstest (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/5544). De uitslagen van deze testen zijn nodig om een goede inschatting te maken van uw huidige conditie en om u goed te kunnen begeleiden tijdens de revalidatie. Het bewegingsprogramma houdt in dat u 6 weken lang 1 tot 2 keer in de week in groepsverband komt trainen onder leiding van 2 fysiotherapeuten. Hoe vaak u komt en hoelang de training duurt, kan worden veranderd als dat nodig is. Dit gebeurt altijd in overleg. Ook is (gedeeltelijke) begeleiding op afstand mogelijk.

De training bestaat uit conditietraining op de hometrainer of loopband, (kracht)oefeningen, sport en spel, en ontspanningstherapie.

Thuis werken aan uw herstel

Naast de revalidatie in het ziekenhuis is het belangrijk dat u thuis aan uw herstel werkt. Met de adviezen van uw cardioloog en fysiotherapeut kunt u weer in uw dagelijkse ritme proberen te komen en zoveel mogelijk uw gewone leven weer oppakken. Het is goed om hierbij niet te veel van uzelf te verlangen en rust te nemen waar nodig. Uw herstel heeft enige tijd nodig.

Om het effect van het bewegingsprogramma ook na uw revalidatieperiode vast te houden, adviseren wij u om zelf aan lichaamsbeweging (sport) te blijven doen, eventueel onder begeleiding. De fysiotherapeut kan u daarover een advies geven.

Patiëntvolgsysteem

Het behandelteam van het St. Antonius Hartcentrum wil graag weten hoe uw herstel verloopt en of u tevreden bent over uw verblijf en de behandeling in ons ziekenhuis. Daarvoor gebruiken wij een digitaal patiëntvolgsysteem. Met deze gegevens krijgen wij beter inzicht in het resultaat van de operatie en kunnen we de kwaliteit van zorg nog verder verbeteren.

- Om een indruk te krijgen van uw gezondheid en klachten vóór de operatie, vragen wij u van tevoren thuis een vragenlijst in te vullen en deze mee te nemen bij uw opname.
- Na de operatie ontvangt u 4x een e-mail van ons. Met deze e-mail krijgt u toegang tot een beveiligde website. Op deze website vult u opnieuw een vragenlijst in over uw gezondheid en eventuele klachten. Heeft u zelf geen e-mailadres? Dan kunt u een e-mailadres van een familielid of kennis opgeven.

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 meer dan 1200 ablaties per jaar uit. Dit maakt ons een van de grootste ablatiecentra van Nederland.
Wij maken gebruik van de meest geavanceerde apparatuur en behandelmethoden die beschikbaar zijn. Deze combinatie van expertise en moderne technologie stelt ons in staat om de beste zorg te bieden en de gezondheid van onze patiënten te verbeteren.

Lees hier meer over onze ervaring en expertise.
(https://www.antoniusziekenhuis.nl/hartcentrum/ervaring-en-expertise-st-antonius-hartcentrum)

Meer informatie

Websites

Als u een hartoperatie heeft gehad, is dat erg ingrijpend. Wij kunnen het ons goed voorstellen dat u veel vragen heeft en meer informatie wilt over uw ziektebeeld. Over hartaandoeningen is veel informatie beschikbaar. Daarnaast zijn meerdere patiëntenverenigingen waar u terecht kunt voor informatie en met vragen. Onderstaand geven we u een overzicht:

- De Nederlandse Hartstichting (http://www.hartstichting.nl/)
- Harteraad.nl (http://harteraad.nl/)
- Hartpatiënten Nederland (http://www.hartpatienten.nl/)
- Belangenvereniging hart- en vaatpatiënten (http://www.belangenverenigninghartenvaatpatienten.nl)

Video's (op YouTube)

- Better in better out bij cardiochirurgie (http://www.youtube.com/watch?v=UiSBNmSkwcQ) door Roelof Ettema in opdracht van diverse ziekenhuizen waaronder ook St. Antonius Ziekenhuis.
- Goed herstellen na een hartoperatie (http://www.youtube.com/watch?v=ohmxatEiaWk) door RadboudUMC, St. Antonius Ziekenhuis, AMC en OLVG.

Gerelateerde informatie

Specialismen

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

Contact Hartcentrum **T 088 320 11 00**