TAAA-operatie: Adviezen voor thuis

Een TAAA-operatie is een ingrijpende operatie. Na deze operatie kunnen er veel vragen zijn over wat er wel en (nog) niet kan. Hier vindt u algemene leefregels, instructies voor het gebruik van medicijnen en tips voor een spoedig herstel.

Ontslaggesprek

Voordat u naar huis gaat, heeft u een ontslaggesprek met de zaalarts of met de verpleegkundig specialist. We proberen het gesprek zo te plannen dat uw partner of familielid erbij kan zijn. Twee mensen horen immers meer dan een. Bij het ontslaggesprek kijken we samen terug op wat er allemaal gebeurd is, krijgt u adviezen mee voor thuis, bespreken we de voorgeschreven medicatie en krijgt u informatie over het eerste controlebezoek. Alle vragen die u nog heeft, kunt u tijdens dit gesprek stellen. U krijgt ook de gegevens mee van degenen die u hebben geopereerd evenals een aantal ontslagformulieren, te weten:

Een ontslagbrief voor uw huisarts

U krijgt een ontslagbrief mee (origineel plus kopie) voor uw huisarts.

- Laat het origineel zo snel mogelijk door iemand bij uw huisarts afgeven. Doe de brief niet in de brievenbus: het is belangrijk om zeker te weten dat uw huisarts op de hoogte is van uw thuiskomst!
- Het is handig als u de kopie van de ontslagbrief tot de eerste controle op de poli dagelijks bij u draagt. Zo kunnen anderen in geval van nood altijd lezen dat u onlangs een hartoperatie heeft ondergaan.
- Neem de kopie bij uw eerstvolgende controle op de poli mee naar uw eigen cardioloog. Daarna hoeft u de kopie niet meer bij u te dragen.

Een recept voor uw medicijnen

Met het recept dat u meekrijgt, kunt u uw medicijnen ophalen bij onze ziekenhuisapotheek. U kunt natuurlijk ook vragen of familie de medicijnen voor u ophaalt. Bij de apotheek kunt u vragen naar een kaart waarop staat welke medicijnen u precies gebruikt.

Doseringslijst bloedverdunners

Het kan zijn dat uw arts u het bloedverdunnende medicijn Sintrom of Marcoumar® voorschrijft. Als u bepaalde bloedverdunners voorgeschreven heeft gekregen, krijgt u een lijst mee waarop staat hoeveel tabletten u de komende dagen moet innemen. Hiervoor is regelmatig controle van uw bloed nodig, waarvoor u terecht kunt bij de Trombosedienst in uw eigen gemeente. De eerste keer komt de Trombosedienst bij u thuis. Hier hoeft u niets voor te doen, wij maken deze afspraak voor u. Op basis van de bloeduitslag krijgt u van de Trombosedienst een nieuwe dosering. Uw arts bespreekt met u hoe lang het nodig is de bloedverdunnende medicijnen te gebruiken.

Controles na ontslag

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 TAAA-operatie is een ingrijpende operatie. U moet zeker rekening houden met een herstelperiode van een half jaar tot een jaar. Hoe lang uw herstelperiode precies duurt, is onder andere afhankelijk van het verloop van de eventuele operatie en van uw conditie voor uw opname.

Lichamelijk herstel

Als u thuiskomt, is de kans groot dat u zich nog niet zo goed voelt. Ook is uw concentratievermogen waarschijnlijk minder dan normaal en is uw lichamelijke conditie nog lang niet op peil. Dit komt door de lange operatie, de narcose, het gebruik van de hart-longmachine en alles wat u in het ziekenhuis heeft meegemaakt. Daarom zijn goede voeding, voldoende rust en geduld belangrijke voorwaarden voor opbouw van uw conditie en herstel.

Spierpijn

De meeste patiënten hebben na de operatie veel last van spierpijn in de nek, rug, ribben en rond de schouder. Dit komt doordat de randen van het borstbeen tijdens de operatie uit elkaar geduwd zijn om bij het hart te kunnen komen. Dit kan 6 tot 8 weken duren, daarna gaat het langzaam over.

Emotioneel herstel

Na een aortadissectie kunt u zich emotioneel en onzeker voelen. U kunt last krijgen van stemmingswisselingen. Deze stemmingswisselingen worden veroorzaakt door het gebruik van de hart-

longmachine tijdens de operatie. De klachten verdwijnen vanzelf, wanneer u zich sterker gaat voelen. U kunt voor steun en begeleiding een beroep doen op het St. Antonius Hartcentrum. Meer informatie hierover leest u hieronder.

Nazorg vanuit het ziekenhuis

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

Een hartoperatie kan gevoelens van angst, onzekerheid en verdriet oproepen, ook bij de mensen om u heen. Het kan moeilijk zijn om hier met elkaar over te praten. Toch is dit belangrijk, ook voor vlot herstel na de operatie. Als u en/of uw naasten hier behoefte aan hebben, kunt u een afspraak maken met een maatschappelijk werker van het St. Antonius Hart- en Vaatcentrum.

Fysiotherapeut

Het verplegend personeel en de fysiotherapeut hebben u in het ziekenhuis begeleid bij het oppakken van uw dagelijkse activiteiten. U kunt dit thuis op dezelfde manier doen. Na de poliklinische controle bij u cardioloog na 3 weken, kunt u deze activiteiten verder uitbreiden. U kunt dan ook overleggen of u in aanmerking komt voor poliklinische hartrevalidatie onder begeleiding van een fysiotherapeut in het St. Antonius Hartcentrum, of in uw eigen ziekenhuis.

Geestelijke verzorging

Niet alleen tijdens uw opname maar ook thuis kunt u een beroep doen op de Geestelijke Verzorging van het St. Antonius Hartcentrum. U kunt contact opnemen via het algemene nummer en vragen naar de geestelijk verzorger.

Nazorgpoli Intensive Care/Medium Care

Mogelijk bent u opgenomen geweest op de Intensive Care/Medium Care (IC/MC). Deze periode kan erg intensief voor u zijn geweest. Hierdoor kunnen lichamelijke en/ of psychische klachten ontstaan die soms lang kunnen duren. Denk aan slaapstoornissen, angsten, verminderde conditie of verminderde eetlust. Als u wilt kunt u een beroep doen op het nazorgtraject van de IC/MC (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/5384).

Leefregels voor als u thuis bent

Als u weer thuis bent, werkt u stap voor stap verder aan uw herstel. Wij geven u hieronder tips en adviezen die daarbij kunnen helpen.

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

Een of twee glazen alcohol is geen probleem. Gebruikt u Sintrom of Marcoumar® en neemt u 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.

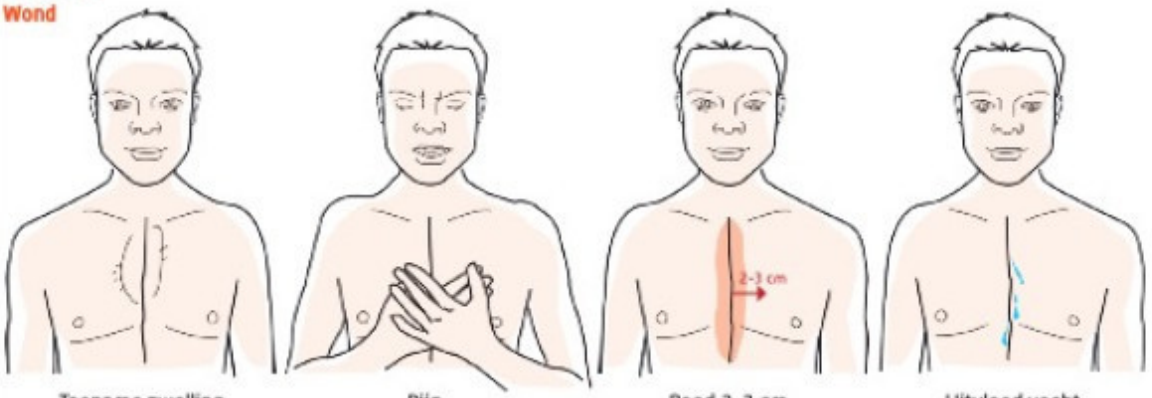
Belangrijkste adviezen in beeld

Op deze afbeelding hieronder vindt u de belangrijkste adviezen na een hartoperatie in beeld.

Adviezen

ST ANTONIUS
een santeon ziekenhuis

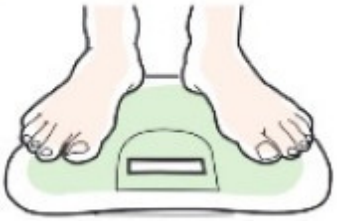
Controle
Wond



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

Contact opnemen

Tot uw 1e policontrole kunt u contact opnemen met:

- de afdeling Hart-Long Chirurgie. Tijdens kantooruren (08.00 – 16.30 uur) kunt u bellen naar het secretariaat postoperatieve zorg via T 088 - 320 11 23.
- Buiten kantooruren kunt u contact opnemen met de dienstdoende arts-assistent Hart-Long Chirurgie. U belt dan het centrale telefoonnummer van het St. Antonius Ziekenhuis via T 088 -320 30 00. Zij kunnen u vervolgens met de dienstdoende arts-assistent doorverbinden.

Na uw 1e policontrole kunt u contact opnemen met:

- Tijdens kantooruren: uw huisarts
- Buiten kantooruren: huisartsenpost in uw regio

Meer informatie

Websites

Uitgebreide informatie over het functioneren van het hart, hartaandoeningen, onderzoek en behandeling en ervaringen van patiënten leest u op:

- Hartstichting (http://hartstichting.nl)
- Harteraad (http://harteraad.nl) (voorheen de Hart- en Vaatgroep)
- Hartwijzer.nl (https://www.hartwijzer.nl/)(samengesteld door de Nederlandse Vereniging voor Cardiologie)

Filmpjes

- Ga naar Youtube om onze video over het St. Antonius Hartcentrum te bekijken (https://www.youtube.com/watch?v=r6ORyEgAz2E&feature=youtu.be)

Gerelateerde informatie

Behandelingen & onderzoeken

- TAAA-operatie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/cardiologie/taaa-operatie)

Specialismen

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

Contact Hartcentrum **T 088 320 11 00**