# Hearthugger

Na een hart- of aortaoperatie via het borstbeen krijgen patiënten soms het advies een hearthugger te dragen. Een hearthugger kan helpen als na een behandeling klachten, zoals een gevoelig borstbeen of pijn bij het bewegen, hoesten en/of ademhalen ontstaan.

## Hearthugger

Een hearthugger is een hulpmiddel dat, indien u dit nodig heeft, speciaal voor u wordt aangemeten en dat u over uw kleding draagt.

### Juiste maat en hoogte

Met behulp van klittenband kunnen we de hearthugger op de juiste maat afstellen. Daarnaast loopt er via de rug over beide schouders een bandje naar voren dat we op de juiste hoogte afstellen.

### 2 handgrepen

De hearthugger wordt bij elkaar gehouden door twee handgrepen met klittenband aan elkaar te bevestigen. De twee handgrepen zijn een belangrijk onderdeel van de hearthugger. Deze moeten zo afgesteld zijn dat u met een hand de handgrepen naar elkaar toe kunt knijpen. Wanneer u dat doet, voelt u een tegendruk rondom uw borstkas. Hiermee ondersteunt u het borstbeen zodat deze goed kan helen. Daarnaast biedt deze tegendruk u comfort waardoor u beter durft te bewegen, hoesten en/of ademhalen.

## Afstellen hearthugger in beeld

Hieronder ziet u op foto's weergegeven hoe u de hearthugger afstelt.

**Stap 1: Doe het bandje om een schouder en klik vast.**



Stap 2: Bevestig het tweede schouderbandje op dezelfde manier.



Stap 3: Stel met de schouderbandjes de hearthugger af onder de oksels, halverwege het borstbeen.



Stap 4: Stel de band aan beide zijden af met het klittenband.



Stap 5: De afstand tussen de handgrepen is ongeveer 1 handbreedte.



Stap 6: Maak het bovenste klittenband vast en controleer of de afstand nog steeds 1 handbreedte is.



Stap 7: Bevestig het onderste elastische klittenband.



Stap 8: Als er ondersteuning nodig is, bij bewegen, hoesten en/of ademhalen, trek dan de handgrepen naar elkaar toe met 2 handen.



## Gebruik hearthugger

Wij raden u aan om de hearthugger dag en nacht te dragen.

Het is verstandig om na uw operatie de hearthugger 6 weken te dragen; ook 's nachts. Wij adviseren dit omdat uw borstbeen ook 6 weken de tijd nodig heeft om te helen. Uw verpleegkundige geeft u hier nog specifieke instructies over.

**U hoeft de hearthugger niet te retourneren aan het ziekenhuis. De hearthugger blijft in uw bezit.**

## 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)

## Gerelateerde informatie

### 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**