Dagboek hartfalen

St Antonius
een santeon ziekenhuis

Persoonlijke gegevens

Naam :.....

Adres :.....

Postcode :.....

Woonplaats :.....

Telefoon :.....

Cardioloog :.....

Huisarts :.....

Heeft u vragen?

Neem dan gerust contact op met de Hartfalen-poli, via telefoonnummer 088 320 12 80.
U kunt hier op werkdagen tussen 09.30 en 11.00 uur terecht met uw vragen.

Dit dagboek hebt u gekregen in het St. Antonius Ziekenhuis. Het is voor u, uw arts(en) en eventueel andere hulpverleners een belangrijk hulpmiddel. Om ervoor te zorgen dat u zoveel mogelijk profijt heeft van dit dagboek, is het belangrijk dat u het bij elk bezoek aan het ziekenhuis of aan uw huisarts meeneemt.

In het dagboek staan onder andere de afspraken die uw arts met u heeft gemaakt over de vocht- en natriumbeperking.
Een vochtbeperking wil zeggen dat u een beperkte hoeveelheid vocht mag drinken per dag. Een natriumbeperking betekent dat u een beperkte hoeveelheid natrium mag binnenkrijgen per dag.

Zelf kunt u dagelijks uw gewicht opschrijven in dit boekje.
Ook als uw bloeddruk en pols zijn opgemeten, kan uw arts, andere hulpverlener of uzelf deze in dit boekje opschrijven. Deze gegevens geven u en uw hulpverleners inzicht in uw lichamelijke conditie en in het verloop van uw ziekte.

Achter in het boekje is er ruimte voor bijzonderheden, vragen en overige afspraken.

ANT 1922/1

2. Persoonlijke richtlijnen

Vochtbeperking:

U mag maximaal ..... ml per dag drinken.

Bij de totale hoeveelheid vocht die u per 24 uur drinkt, horen alle koude en warme dranken maar ook bijv. soep, vla, yoghurt en appelmoes.

Natriumbeperking:

U mag maximaal 2000 mg natrium per dag binnenkrijgen.
(zout bestaat voor 40% uit natrium)

Wilt u meer weten over een vocht- en natriumbeperking? Lees dan de volgende informatiefolders van de Nederlandse Hartstichting:

- Hartfalen
- Dieet bij Hartfalen

Dagelijks wegen

Wij adviseren u om u dagelijks te wegen, als het kan in de ochtend na het plassen en voor het aankleden en ontbijt. Mocht het zo zijn dat u vocht vasthoudt in uw lichaam, dan zal dat meestal zichtbaar worden door-dat uw gewicht toeneemt.

Dagelijks bewegen

Het is belangrijk dat u iedere dag beweegt. Dit is goed om uw conditie op peil te houden. U kunt bijvoor-beeld wandelen of fietsen. Tijdens uw bezoek aan de Hartfalen-poli vertellen we welke mogelijkheden er nog meer zijn om uw conditie te behouden.

3. Meer informatie

Uw zorgverleners geven u graag meer informatie over uw ziektebeeld. Daarnaast kunt u voor meer informatie ook terecht bij:

Nederlandse Hartstichting

Postbus 300, 2501 CH Den Haag
T 0900 -300 03 00 (informatie)
T 070 - 315 55 55 (algemeen)
www.hartstichting.nl
Brochure: Hartfalen: wat is dat?

Harteraad

Postbus 300, 2501 CH Den Haag
T 088 11 11 600
E info@harteraad.nl
www.harteraad.nl

Stichting ICD dragers Nederland (STIN)

T 075 - 78 50 392
www.stin.nl

Hartfailurematters.org

www.heartfailurematters.org

4. Gewicht, bloeddruk, polsslag

Datum	Gewicht	Bloeddruk	Pols	Bijzonderheden

Datum	Gewicht	Bloeddruk	Pols	Bijzonderheden

Datum	Gewicht	Bloeddruk	Pols	Bijzonderheden

Datum	Gewicht	Bloeddruk	Pols	Bijzonderheden

Datum	Gewicht	Bloeddruk	Pols	Bijzonderheden

Datum	Gewicht	Bloeddruk	Pols	Bijzonderheden

5. Ruimte voor bijzonderheden, vragen en overige afspraken: