een santeon ziekenhuis

Mogelijke gevolgen na een hartstilstand

Op vele vlakken een schok

Het kan moeilijk zijn om het leven na een hartstilstand weer op te pakken. Een hartstilstand kan namelijk een aantal gevolgen met zich mee brengen. Hieronder wordt stilgestaan bij deze gevolgen en de invloed daarvan op het dagelijks leven.

Een hartstilstand is op meerdere gebieden een schok. Een hartstilstand is een lichamelijke schok voor het hart, de hersenen, spieren en de communicatie. Daarnaast is het een emotionele schok voor uzelf en uw naasten.

Misschien past niet alle informatie bij uw situatie. Gebruik dan alleen de informatie die voor u nuttig is. Lees de informatie samen met uw naaste(n).

Schok voor het hart

Het hart is de motor van ons lichaam. Het pompt het bloed rond zodat het overal komt. Dit noemen we ook wel de bloedsomloop. Deze bloedsomloop zorgt ervoor dat:

- zuurstof en voedingsstoffen over het hele lichaam worden verspreid;
- afvalstoffen worden verwijderd. Deze stoffen komen uiteindelijk terecht in de urine of ontlasting.

Tijdens een hartstilstand (of circulatiestilstand) kan het hart geen bloed rondpompen en staat de bloedsomloop tijdelijk stil. Dit is een schok voor het hart. Door reanimatie gaat het hart weer werken en start de bloedsomloop weer.

Schok voor de hersenen

De hersenen zijn vergelijkbaar met een computer: ze regelen alle processen die in ons lichaam plaatsvinden, zoals bewegen, denken, de taal, horen, zien en voelen.

Zuurstof (opgenomen via het bloed) is belangrijk voor onze hersenen. Het zorgt er namelijk voor dat de hersenen goed blijven werken. Tijdens de hartstilstand hebben de hersenen tijdelijk geen zuurstof gehad. Dit is een schok voor de hersenen. Als een hartstilstand langer dan 5 tot 6 minuten duurt zonder reanimatie, dan kan het zelfs zorgen voor schade of sterfte van hersenweefsel. Hierdoor ontstaat hersenschade.

Mogelijke gevolgen voor de hersenen

De gevolgen van hersenschade na een hartstilstand zijn erg verschillend. Ze kunnen verschillen per persoon. Er ontstaan mogelijk veranderingen in de processen die in ons lichaam plaats vinden, zoals:

- problemen met het gebruiken van spieren, bijvoorbeeld zwakkere spieren of problemen met lopen;

- problemen in de communicatie en cognitie, bijvoorbeeld weinig aandacht, problemen met het vinden van woorden en het langzamer begrijpen van informatie.

Na een hartstilstand komen regelmatig problemen met denken, voelen en gedrag naar voren. Dit worden ook wel de 'onzichtbare gevolgen' van de hersenschade genoemd. Voor buitenstaanders zijn die gevolgen namelijk niet direct te zien. Het kan handig zijn om zelf eerst te kijken of u bepaalde 'onzichtbare gevolgen' herkent. Dat is niet altijd gemakkelijk. Uw partner, naasten of een zorgverlener kunnen u helpen om helder te krijgen of er bij u iets veranderd is.

Belangrijk om te weten is dat in de eerste maanden het meeste herstel plaatsvindt. U merkt dan verbeteringen aan uw lichaam. Toch kunnen er ook blijvende gevolgen zijn op de verschillende gebieden.

Veranderingen in denken en gedrag

Als iemand hersenschade door een hartstilstand heeft, dan is de kracht van de hersenen en de snelheid van denken verminderd. Er zijn dan veranderingen in de cognitie. Cognitie is een naam voor een groot aantal functies, zoals:

- het leren en onthouden van informatie (geheugen);
- het verwerken (en filteren van) informatie;
- het plannen van activiteiten.

Deze veranderingen in de cognitie kunnen zich op verschillende manieren laten zien:

- sommige personen worden impulsiever. Dit betekent dat iemand plotseling en zonder nadenken iets gaat doen.
- ook kan iemand sneller boos (prikkelbaar) worden of moeite hebben met het controleren van impulsen en gedrag (ontremd).
- anderen gedragen zich juist erg rustig en doen weinig (passief).

Schok voor uzelf en uw naasten

Een hartstilstand heeft een groot effect op u en uw naasten.

Voor uzelf

De meeste mensen herinneren zich niet veel van de hartstilstand. Meestal ervaren zij na hun hartstilstand angst en onzekerheid over hun gezondheid en de toekomst. Zo kunnen gevoelens heftiger of juist minder heftig (afgevlakt) worden. Ook kunt u zich somber of verdrietig voelen. Dit zijn normale reacties op deze heftige gebeurtenis. Het kan helpen om hierover te praten.

Voor uw naasten

Ook voor naasten kan het prettig zijn om erover te praten, want zij zijn vaak erg bezorgd. Dit is begrijpelijk omdat zij niet willen dat hun dierbare nog een harstilstand krijgt. Dit kan zorgen voor overbezorgdheid. Iemand durft de ander dan soms niet meer alleen te laten. Het is dan belangrijk om weer vertrouwen op te bouwen.

Waar kunt u terecht?

Na een hartstilstand volgt een ziekenhuisopname. Hieronder leest u meer over een aantal behandelaren die langskomen om samen met u op een rij zetten wat u op welk gebied nodig heeft. Ook leest u hier meer over wat er gebeurt nadat u bent ontslagen uit het ziekenhuis.

Fysiotherapie

Bij een (lange) ziekenhuisopname gaat de conditie en spierkracht snel achteruit. Om dit zoveel mogelijk tegen te gaan, komt de fysiotherapeut langs en beoordeelt de veiligheid van het zelfstandig mobiliseren. De fysiotherapeut en uzelf gaan samen aan de slag met opbouwen/uitbreiden van het zelfstandig lopen (als het nodig is met hulpmiddel), oefentherapie om spierkracht te trainen en het terugkrijgen van vertrouwen in het lichaam.

Ergotherapeut

De ergotherapeut onderzoekt of er sprake is van cognitieve problemen en invloed daarvan op de dagelijkse activiteiten. Bij dagelijkse activiteiten kunt u denken aan uzelf wassen en aankleden, koken, stofzuigen, afspraken inplannen, fietsen, wandelen, administratie bijhouden, enzovoort.

Medisch maatschappelijk werker

U en uw naasten kunnen terecht bij de medisch maatschappelijk werker voor hulp bij het omgaan met de emotionele impact na een hartstilstand. Ook voor andere vragen kunt u hier terecht.

Logopedist

De logopedist kan u helpen met de mogelijke communicatieproblemen die invloed hebben op het voeren van een gesprek.

Zorgbemiddeling of revalidatiearts

Als er een klinisch revalidatietraject nodig is, kan de zorgbemiddeling of de revalidatiearts betrokken worden.

Na ontslag

Hartrevalidatie

Wanneer u na uw ziekenhuisopname naar huis gaat, melden wij u aan voor de hartrevalidatie. Dit is een traject waar u met hulp van fysiotherapeuten gaat werken aan de conditie.

Ook de medisch maatschappelijk werker heeft een rol binnen de hartrevalidatie. Deze begeleidt u bij het omgaan met uw emoties, richt zich op het verminderen van stress en het weer oppakken van het dagelijks leven.

Ergotherapeut

Na uw ontslag kan de ergotherapeut u ondersteunen en begeleiden bij het omgaan met uw mogelijke cognitieve problemen en bij het weer oppakken van uw dagelijkse activiteiten.

Revalidatiearts

De revalidatieartsen van het St. Antonius Ziekenhuis ondersteunen volwassen patiënten bij het vinden of uitoefenen van hun rol in het dagelijks leven na een ziekte en/of ongeval. De hulpvraag van de patiënt staat centraal en geeft richting aan de revalidatie.

Lees hier meer over de afdeling Revalidatiegeneeskunde (https://www.antoniusziekenhuis.nl/revalidatiegeneeskunde).

Vragen helpt

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Bespreek deze dan met degene die u deze folder heeft gegeven of met uw behandelend arts. Het is belangrijk niet rond te blijven lopen met vragen of problemen.

U kunt contact opnemen met de Cardiologie via **T 088 320 11 00** (tel:0883201100) (Ma t/m vrij 08.30-12.00 en 13.00-16.30 uur) of met de Revalidatie via **T 088 320 77 70** (tel:0883207770) (Ma t/m vrij 08.30–12.00 en 13.00–16.30 uur).

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

Colofon

Deze folder is samengesteld met behulp van de informatiefolder ontwikkeld in 2013 door Véronique Moulaert, Caroline van Heugten en Jeanine Verbunt in het kader van een wetenschappelijk onderzoek met de titel 'Activity and Life After Survival of a Cardiac Arrest'. Voorafgaand is schriftelijk toestemming verleend voor het gebruik van informatie uit hun folder.

Gerelateerde informatie

Specialismen

- Cardiologie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/cardiologie)
- Revalidatiegeneeskunde (https://www.antoniusziekenhuis.nl/revalidatiegeneeskunde)

Contact Hartcentrum	T 088 320 11 00