



Leefregels en medicijnen bij pijn op de borst

In deze informatie leest u over leefregels en medicijnen bij pijn op de borst. Het is belangrijk dat u de informatie al heeft gelezen voordat u een aanval van pijn op de borst krijgt. Dan weet u wat u moet doen als u pijn op de borst krijgt.

Leefregels

Hartkramp (angina pectoris) uit zich vaak in een sterk beklemd of drukkend gevoel op de borst. Soms met uitstraling naar de hals, kaak, arm of schouder. De pijnaanval duurt meestal enkele minuten en zakt daarna af. Hartkramp ontstaat als een gedeelte van het hart plotseling een tekort aan zuurstof heeft.

Door het volgen van de leefregels kunt u de kans op een pijnaanval verminderen:

- Rook niet.
- Zorg voor een normaal lichaamsgewicht. Uw hart wordt dan niet overbelast.
- Beweeg regelmatig.
- Zorg voor een evenwicht tussen 'stress' en ontspanning. Maar u hoeft geen spanning te vermijden. Pas uw inspanning aan.

Over deze onderwerpen is uitgebreide informatie te krijgen. Hoe u daaraan komt, leest u onderin deze folder. Vraag ook naar de folder 'Angina Pectoris' van de Nederlandse Hartstichting.

Welke medicijnen

Tegen pijn op de borst bestaan verschillende medicijnen.

Krijgt u een aanval van pijn op de borst, gebruik dan het medicijn dat uw arts heeft voorgeschreven.

Eerste dosering voor gebruik bij een aanval

- Nitrostat _____ tablet
- Nitrolingual _____ spray
- Adalat _____ capsule
- Cedocard _____ tablet
- _____ _____

Deze medicijnen verwijden de bloedvaten waardoor de hartspier ontlast wordt. De medicijnen onderdrukken dus de pijn aanval, maar werken niet als een pijnstiller en verdoven ook niet. U kunt ook niet verslaafd of gewend raken aan deze medicijnen. Regelmatig gebruik van deze medicijnen is dus mogelijk.

Bijwerkingen

Gebruikt u deze medicijnen alleen bij een aanval van pijn op de borst, dan kunnen de bijwerkingen zijn: duizeligheid, hoofdpijn, blozen, en soms gevoel van flauwvallen.

Vanwege deze laatste moet u vóór het innemen altijd gaan zitten of liggen. Lees voor het gebruik ook altijd de bijsluiter van de medicijnen.

Hoe gebruikt u het medicijn bij een pijn aanval

1. Zorg ervoor dat u het geneesmiddel altijd bij u heeft.
2. U gaat zitten of liggen, zodra u een pijn aanval voelt opkomen.
3. U neemt het medicijn in de juiste hoeveelheid in, en wel als volgt:
 - een **tablet** legt u onder de tong
 - de **spray** spuit u in de mondholte onder de tong
 - de **capsule** bijt u stuk en de (vloeibare) inhoud houdt u vervolgens in de mond, zodat het door het mondslimvlies kan worden opgenomen.
4. U wacht vijf tot tien minuten
5. Als de pijn aanval niet is weggezaakt, neemt u nogmaals eenzelfde hoeveelheid.
6. Als dit geen effect heeft en de pijn aanval duurt in totaal **langer dan 15 minuten**, waarschuw dan uw huisarts!

Bovenstaande regels gelden **alleen** bij het gebruik tijdens een pijn aanval!

Het is mogelijk dat u Adalat of Cedocard langdurig voorgeschreven krijgt als

onderhoudsbehandeling. Dus iedere dag een afgesproken hoeveelheid. In dat geval gelden bovengenoemde regels niet. U gebruikt de medicijnen dan volgens het voorschrift.

Hoelang zijn de medicijnen houdbaar

Hoelang de medicijnen houdbaar zijn verschilt per medicijn. U vindt dit op de verpakking als uiterste vervaldatum (UVD). Zorg ervoor dat u op tijd nieuwe medicijnen heeft. Bewaar het medicijn bij kamertemperatuur.

Wanneer u huisarts waarschuwen

U kunt het beste uw huisarts waarschuwen wanneer de pijn aanval langer dan 15 minuten duurt, of als u merkt dat u steeds vaker een pijn aanval krijgt.

Vragen

Heeft u nog vragen heeft over het gebruik van medicijnen bij een pijnaanval, vraagt u dit dan eerst aan uw huisarts. Maar bij uw bezoek aan de cardioloog kunt u ook uw vragen stellen. Schrijf uw vragen van tevoren op, zodat u niets vergeet.

Aanvullende informatie

Afdeling patiëntenvoorlichting

In de centrale hal van het Spaarne Gasthuis vindt u de afdeling patiëntenvoorlichting. U vindt hier uitgebreide informatie over gezondheidszorg, ziektebeelden, hoe om te gaan met ziekte, voeding, patiëntenverenigingen en patiëntenrechten. Ook kunt u bij de medewerkers terecht voor vragen (023) 2242060.

Patiëntenverenigingen

Er zijn in Nederland verenigingen voor hartpatiënten. Vaak hebben deze patiëntenverenigingen praktische informatie en bieden de mogelijkheid tot onderlinge steun en het uitwisselen van ervaringen. Uw arts, verpleegkundige of medewerker van de afdeling Patiëntenvoorlichting, kan u adressen geven van afdelingen in uw omgeving. U kunt ook zelf bellen naar de informatielijn van de Nederlandse Hartstichting 0900 3000 300 of de website bezoeken: www.hartstichting.nl.

Thuiszorgorganisaties en zorgverzekeringen

Thuiszorgorganisaties zorgverzekeringen bieden vaak nazorg mogelijkheden.

Waar zijn we te vinden?

Haarlem Zuid

Boerhaavelaan 22
2035 RC Haarlem

(023) 224 0000

Haarlem Noord

Vondelweg 999
2026 BW Haarlem

www.spaarnegasthuis.nl

Hoofddorp

Spaarnepoort 1
2134 TM Hoofddorp

info@spaarnegasthuis.nl