



Leefregels na een dotterprocedure

U heeft geen hartinfarct gehad

Na uw dotterbehandeling heeft u waarschijnlijk veel vragen en krijgt u veel adviezen. In deze folder leest u belangrijke leefregels. Deze folder is geschreven in samenhang met de brochure “Dotter- en stentbehandeling” van de Nederlandse Hartstichting en met de folder “Poliklinische hartrevalidatie”. Deze folders heeft u van de coördinator hartrevalidatie gekregen. Heeft u 1 van deze folders nog niet gekregen? Vraag ernaar op de verpleegafdeling. Leest u deze folders goed door en bewaar deze.

Lichamelijk herstel

- Controleer tijdens de 1e week de insteekopening (het wondje) waar doorheen u gedotterd bent. Wanneer deze rood en warm aanvoelt moet u contact opnemen met uw huisarts.
- Voor dotterprocedure bent u geprikt in een slagader. Waarschuwt u daarom meteen uw huisarts wanneer de insteekopening bloedt of de huid rondom dik wordt. Laat iemand druk uitoefenen op de insteekplaats. U kunt anders veel bloedverliezen.
- De eerste drie dagen mag u niet veel doen met de arm waardoor u gedotterd bent. Dus bijvoorbeeld niet schrijven, brood snijden en bijvoorbeeld opletten met aankleden.
- De eerste week mag u geen zwaar werk doen. Door kracht te zetten kan de insteekopening weer gaan bloeden.
- Sommige mensen voelen na de dotterprocedure een trekkerig gevoel in de hartstreek. U kunt opnieuw hartklachten krijgen. Neemt u dan contact op met uw huisarts of met polikliniek cardiologie.
- Het roze desinfecteermiddel dat gebruikt is verdwijnt na enkele keren wassen.

Medicijn gebruik

- Wanneer u medicijnen voorgeschreven heeft gekregen, is het belangrijk dat u deze altijd inneemt op de aangegeven tijdstippen.
- De medicijnen mag u nooit stoppen, vermeerderen of verminderen zonder overleg met uw cardioloog of huisarts.
- Clopidogrel, prasugrel en ticagrelor zijn belangrijke medicijnen die gegeven worden na een dotterprocedure. U mag deze medicijnen niet stoppen zonder overleg met de cardioloog.
- Als u een ingreep moet ondergaan, waarbij bloedverlies kan optreden, moet er overlegd worden met de cardioloog. De cardioloog bepaalt of de clopidogrel, prasugrel en ticagrelor gestopt mogen worden.
- Nitroglycerine (spray voor onder de tong) kan de klachten van pijn op de borst wegnemen. U moet deze altijd bij u hebben. Nitroglycerine zorgt voor een directe vaatverwijding van meerdere vaten in uw lichaam. Hierdoor verdwijnt vrijwel direct de pijn op de borst. Als bijwerking kan nitroglycerine een vrijwel directe bloeddrukdaling geven. U kunt duizelig worden. Daarom adviseren wij u altijd te gaan zitten of liggen vóórdát u de spray gebruikt. Sommige mensen krijgen na gebruik van de nitroglycerinespray hoofdpijn, worden duizelig of krijgen een rood gezicht. Deze klachten moeten na 10 minuten verdwenen zijn. Neem 2 tabletten paracetamol 500 mg bij aanhoudende hoofdpijn.
Heeft u klachten na het gebruik van de nitroglycerine-spray? Bespreek deze dan met uw arts.

Waarschuw uw huisarts of uw huisartsenpost als de pijn op de borst niet minder wordt na het gebruik van de nitroglycerinespray of als de pijn meerdere keren per dag terugkomt.

Bewegen

- Het is belangrijk om te blijven bewegen of om te gaan bewegen.
- Wij raden u aan om dagelijks een stuk buiten te lopen. Elke dag een stukje verder.
- Bent u na een wandeling erg moe? Neemt u dan na afloop rust.
- Neemt u **altijd** uw Nitroglycerine (spray voor onder de tong) mee als u zich extra gaat inspannen. Denkt u hierbij aan wandelen of fietsen enzovoorts.

Autorijden, fietsen en reizen

- In principe mag u na 3 dagen weer fietsen en autorijden.
- Mogelijk heeft u nieuwe medicijnen gekregen en moet uw lichaam wennen aan deze nieuwe medicijnen. Sommige medicijnen kunnen uw reactiesnelheid beïnvloeden. Wij raden u aan om niet zelfstandig uw grenzen op te zoeken. Het is verstandiger te wachten met fietsen en autorijden tot u gestart bent met de hartrevalidatie.
- Overleg met uw cardioloog wanneer u weer mag reizen per vliegtuig.

Roken

Rookt u? Zo ja, dan adviseren wij u om te stoppen met roken. Ook als u lang gerookt heeft is het zinvol om te stoppen. Vindt u het moeilijk om te stoppen met roken? Het Spaarne Gasthuis werkt samen met de stoppen met roken coach Yvonne van Loosbroek van Rokenstopt.nl. Op www.rokenstopt.nl vindt u informatie over haar werkwijze. U kunt Yvonne bellen op telefoonnummer 06-51960957 of mailen via info@rokenstopt.nl.

Dieet

- Eet minder vet en gebruik minder zout.
- Drink voldoende water en matig alcoholgebruik

Hartrevalidatie

Naast deze adviezen over lichamelijk herstel kunt u ook vragen hebben en adviezen willen over werken, relaties, emotionele aspecten en seksualiteit.

U komt in aanmerking voor hartrevalidatie. Tijdens de revalidatieperiode kunt u met uw vragen terecht bij een teamlid van de hartrevalidatie. Vragen over uw behandeling kunt u ook altijd bespreken met uw cardioloog.

Heeft u voor uw ontslag nog geen contact heeft gehad met de coördinator hartrevalidatie? En u heeft binnen één week nadat u weer thuis bent geen bericht gekregen hierover? Neemt u dan zelf contact op met de hartrevalidatie:

Telefoonnummers

De hartrevalidatie is van maandag tot en met vrijdag te bereiken op (023) 244 6645. U kunt ook e-mailen: hartrevalidatie@spaarnegasthuis.nl.

Vragen of klachten als u weer thuis bent

Heeft u vragen of klachten na uw ontslag uit het ziekenhuis? En hebben deze klachten te maken met waarvoor u bent opgenomen geweest? Dan kunt u in de eerste 48 uur dat u weer thuis bent contact opnemen met de verpleegafdeling cardiologie (023) 224 0010.

De verpleegkundige zal u zo goed mogelijk helpen met uw vraag of verwijst u zo nodig door naar de dienstdoende arts-assistent cardiologie.

Na de eerste 48 uur na ontslag moet u met vragen of klachten contact opnemen met uw huisarts. Uw huisarts krijgt direct na uw ontslag digitaal een medische brief toegestuurd (ontslagbrief). Daarin staat de reden waarom u bent opgenomen geweest, uitslagen van onderzoeken, de medicijnen die u gebruikt, uitslagen van bloedonderzoek, enz. Zo is uw huisarts goed op de hoogte van uw medische geschiedenis. Uw huisarts kan u als dat nodig is doorverwijzen naar de cardioloog.

Bij problemen en vragen belt u dus:

- Binnen 48 uur na ontslag met de verpleegafdeling cardiologie (023) 224 0010
- Na 48 uur na ontslag met uw (dienstdoende) huisarts.

Aanvullende informatie

De Nederlandse Hartstichting heeft een informatielijn voor vragen over hart- en vaatziekten. Van maandag tot en met donderdag van 09.00 – 13:00 uur (lokaal tarief) (0900) 3000 300 zie ook <https://www.hartstichting.nl>

In de centrale hal van het Spaarne Gasthuis vindt u de afdeling **patiëntenvoorlichting**. U kunt hier terecht voor algemene informatie, patiëntenverenigingen en patiëntenrecht of over uw digitale patiëntendossier MijnSpaarneGasthuis. Dat kan tijdens uw bezoek, tijdens uw opname in het ziekenhuis, telefonisch (023) 224 2060 of via een e-mail naar patiëntenvoorlichting@spaarnegasthuis.nl.

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