

**Cardiologie**

# **Adviezen bij ontslag na een hartklepoperatie**

**antonius**   
**ziekenhuîs**

Antonius Ziekenhuis is onderdeel van de Antonius Zorggroep

U hebt van de cardioloog gehoord dat u naar huis mag. Eenmaal thuis kunt u zich onzeker voelen en kunnen er vragen ontstaan over wat u wel en niet mag en kunt. In deze folder vindt u een aantal tips en adviezen om de periode te overbruggen tot de eerstvolgende controle bij de cardioloog of het intakegesprek bij de verpleegkundig consulent cardiologie.

## **Wat krijgt u mee?**

- Een recept voor medicijnen. U mag de medicijnen nooit op eigen initiatief stoppen. Herhalingsrecepten kunt u vragen bij uw huisarts.
- Een afspraak voor een controlebezoek aan de cardioloog.
- Afspraken voor bezoeken aan andere specialisten, voor zover dat nodig is.
- Een uitnodiging voor een intakegesprek bij de verpleegkundig consulent cardiologie voor de hartrevalidatie wordt u toegestuurd.

## **Waar moet u thuis op letten?**

### **Gewicht**

Weeg u zelf 3 keer per week 's ochtends bij het opstaan. Als u binnen 1 week 2 kilogram of meer aankomt, neem dan contact op met uw huisarts. De kans is namelijk groot dat u vocht vasthoudt. U kunt dit ook merken aan benauwdheid en opgezette enkels.

### **Temperatuur**

Als u denkt dat u koorts hebt, neem dan uw temperatuur op. Neem contact op met uw huisarts bij een temperatuur hoger dan 38 °C.

### **Onregelmatige of snelle hartslag**

Als u een snelle of onregelmatige hartslag hebt waarbij u zich niet goed voelt, neem dan contact op met uw huisarts.

### **Wonden**

Om een eventuele ontsteking aan uw wond op tijd te kunnen ontdekken, raden wij u aan 's ochtends uw wond te controleren op:

- Roodheid.
- Pijn.
- Lekkage.

De hechtingen lossen vanzelf op. Vrouwen wordt aangeraden dag en nacht een BH (zonder beugels) te dragen zodat er minder spanning op de wond komt. Dit zorgt voor minder littekenvorming. Douchen mag al een paar dagen na de operatie, baden pas na 3 weken en alleen wanneer de wond helemaal genezen is. Zonnebaden of de zonnebank mag zodra de wond genezen is. Bescherm het litteken met een zonnebrandmiddel met een hoge beschermingsfactor. Overleg met uw cardioloog wanneer u weer gebruik kunt maken van de sauna.

## **Wat u wel en niet mag**

### **Ontzie uw borstbeen**

Tijdens de operatie is uw borstbeen gebroken. Geef het daarom 6 weken rust. De eerste 6 weken na de operatie mag u niet:

- Fietsen. Dit mag wel als u een hometrainer gebruikt.
- Zelf autorijden. U kunt wel als bijrijder meedrijven en de gordel gebruiken.
- Tillen of zware huishoudelijke werkzaamheden doen.
- De hond aan de riem uitlaten.

### **Mobiliseren**

Tijdens uw opname in het ziekenhuis hebt u onder begeleiding van een fysiotherapeut inspanningsoefeningen gedaan. Probeer de inspanningen thuis steeds verder uit te breiden, maar neem wel op tijd rust. Wanneer u buiten gaat wandelen, houdt u er dan rekening mee dat u ook weer terug moet. Zoek uw grenzen op, maar ga er niet overheen.

## **Werkhervatting**

Dit is afhankelijk van het werk dat u doet. U kunt dit het beste met uw cardioloog bespreken.

## **Hartrevalidatie**

Eenmaal thuis kunnen er misschien veel vragen bij u of uw naasten opkomen. Dit kan u onzeker maken. Daarom kunt u binnen 2 weken na uw ontslag starten met de hartrevalidatie. Dit begint met een informatiemiddag en een gesprek met de verpleegkundig consulent cardiologie. Daar kunt u uw vragen stellen. Samen met de consulent stelt u het revalidatieprogramma op. Dit zal aangepast zijn aan uw behoeften. Om uw borstbeen rust te geven begint de lichamelijke training pas 6 weken na de operatie.

Mocht u niet zo lang kunnen wachten met uw vragen dan kunt telefonisch contact opnemen met de verpleegkundig consulent cardiologie. De consulent is bereikbaar van maandag tot en met vrijdag tussen 8:30 tot 17:00 uur. Telefoonnummer 0515 - 48 83 53.

## **Endocarditis-profylaxe**

Een endocarditis is een ontsteking van de binnenwand van het hart. Hierbij raken meestal alleen de hartkleppen ontstoken. Een verhoogd risico om endocarditis te krijgen, bestaat bij mensen die eerder een endocarditis hebben doorgemaakt, mensen met een kunstklep of donorklep en bij sommige aangeboren hartafwijkingen (zie de folder: Bacteriële endocarditis). Vertel uw arts, tandarts en mondhygiëniste dat u aan uw hartklep bent geopereerd. Wanneer dit voor u van toepassing is, moet u bij bepaalde ingrepen vooraf antibiotica gebruiken om endocarditis te voorkomen.

Dit geldt onder meer voor:

- Tandheekkundige ingrepen waarbij bloed kan vrijkomen.
- Keel-, neus- en ooroperaties.
- Urologische en gynaecologische ingrepen.
- Het opensnijden van een infectie of abces.

**Antonius Ziekenhuis**  
**Bolswarderbaan 1**  
**8601 ZK Sneek**

**Urkerweg 4**  
**8303 BX Emmeloord**

**Vissersburen 17**  
**8531 EB Lemmer**

**Postadres**  
**Postbus 20.000**  
**8600 BA Sneek**

**Telefoon**  
**0515 - 48 88 88**

**[www.mijnantonius.nl](http://www.mijnantonius.nl)**

**07-05-2018**