

**Polikliniek cardiologie**

**Patiëntendagboek**



**Dit dagboek is eigendom van:**

(patiëntenstikker)



Neem dit boekje mee bij ieder bezoek aan de arts of verpleegkundige.

<b>Inhoud</b>	<b>Pagina</b>
Bereikbaarheid	3
Waarom dit dagboek?	4
Doel van het dagboek	4
Gebruik van het dagboek	4
Inhoud van het dagboek	5
Tot slot	5
1. Richtlijnen vastgesteld door hulpverleners	6
1.1 Wanneer contact opnemen?	6
1.2 Vocht/zoutbeperking en wegen	7
1.3 Vochtbeperking	7
1.4 Zoutbeperking	8
1.5 Medicijnen en voornaamste bijwerkingen	8
1.6 Lijst met veranderingen in te nemen medicijnen	10
2. Invullijsten voor patiënten	12
2.1 Gewichtscontrolelijst	12
2.2 Ruimte voor bijzonderheden en vragen	18
3. Meer informatie	22
3.1 Folders en brochures	22
3.2 Patiëntenverenigingen	23

## Bereikbaarheid

- **Uw huisarts:** .....  
Telefoonnummer: .....
- **Uw wijkverpleegkundige:** .....  
Telefoonnummer: .....
- Lievensberg ziekenhuis  
Algemeen telefoonnummer: 0164-278000
- **Uw cardioloog:** .....  
Telefoonnummer: 0164-278290
- **De verpleegkundig-hartfalenpolikliniek**  
Telefoonnummer: 0164-278470  
Bij geen gehoor: 0164-278000, sein 1271  
De hartfalenverpleegkundigen zijn op werkdagen, met uitzondering van donderdag, aanwezig van 9.00 - 16.30 uur en houden dan telefonisch spreekuur van 9.00 - 10.00 uur.  
E-mail: [hartfalenpoli@lievensberg.nl](mailto:hartfalenpoli@lievensberg.nl)
- **Uw eigen contactpersoon:** .....  
Telefoonnummer: .....

## Waarom dit dagboek?

Regelmatig bezoekt u de hartfalenpolikliniek in verband met uw hartklachten. U hebt inmiddels de brochure hartfalen ontvangen. In aanvulling op die brochure is dit dagboek ontwikkeld.

## Doel van dit dagboek

U krijgt van verschillende hulpverleners veel adviezen. Om goed met uw hartfalen om te gaan is het belangrijk dat u deze instructies opvolgt. Dit dagboek is ontwikkeld om u hierbij behulpzaam te zijn. Zo vindt u in dit dagboek een overzicht van de afspraken die de verschillende hulpverleners met u hebben gemaakt, bijvoorbeeld afspraken die te maken hebben met vochtbeperking, zoutbeperking en medicijngebruik.

Daarnaast hebben hulpverleners van u ook veel informatie nodig om u de juiste behandeling te bieden. Door in dit dagboek belangrijke gegevens te noteren zoals uw gewicht, eventueel uw bloeddruk en polsslag, krijgen hulpverleners meer inzicht in uw lichamelijke conditie en het verloop van de ziekte.

## Gebruik van het dagboek

Dit dagboek bevat zowel voor u als voor de hulpverlener belangrijke informatie. Voor een optimaal gebruik is het de bedoeling dat u dit dagboek bij u hebt als u een hulpverlener bezoekt ( de verschillende hulpverleners in het ziekenhuis maar ook uw huisarts). Noteer gegevens op de daarvoor bestemde plekken. Uw hartfalenverpleegkundige heeft u uitgelegd **wat** u moet noteren, **waarom** dat wenselijk is en **hoe** u dat moet doen. Hebt u hierover nog vragen, schroom dan niet die te stellen.

U kunt dit dagboek tevens gebruiken om naar behoefte aantekeningen te maken over zaken die u wilt onthouden of aan de orde wilt laten komen tijdens het gesprek met de hulpverlener.

Als het dagboek vol is, kunt u een nieuwe vragen aan de verpleegkundige van de hartfalenpolikliniek.

## **Inhoud van het dagboek**

Deel 1 van dit dagboek bevat belangrijke informatie voor u. U vindt hier de lijsten waarop hulpverleners hun afspraken vastleggen.

Deel 2 van dit dagboek wordt door u ingevuld en bevat belangrijke informatie voor de hulpverleners. Tevens bevat dit deel bladzijden waarop u (bijzondere) situaties kunt beschrijven die van belang kunnen zijn om te onthouden in relatie tot de behandeling.

Tenslotte vindt u in deel 3 een overzicht van nuttig voorlichtingsmateriaal en een lijst met gegevens van patiëntenverenigingen.

## **Tot slot**

Wij hopen dat het dagboek een nuttige rol kan spelen in de behandeling van uw hartfalen. Hebt u naar aanleiding van het gebruik van het dagboek nog vragen, aarzel dan niet deze te stellen aan uw behandelend arts of verpleegkundige.

## **1. Richtlijnen vastgelegd door hulpverleners**

Dit deel van het dagboek bevat belangrijke informatie. Op de lijsten die hierna volgen leggen de verschillende hulpverleners de afspraken vast die zij, in het kader van uw behandeling, met u hebben gemaakt. Zo weet u waar u zich aan moet houden en zijn andere hulpverleners op de hoogte van het beleid.

Streef ernaar de genoteerde afspraken na te komen! Hebt u daar moeite mee, schroom dan niet dat bespreekbaar te maken bij uw arts of verpleegkundige. Wellicht kunt u samen met hen naar oplossingen zoeken.

### **1.1 Wanneer contact opnemen**

Waarschuw uw arts of hartfalenverpleegkundige wanneer u de volgende klachten/verschijnselen bemerkt:

- een gewichtstoename van 2 kilo in 2 of 3 dagen;
- een toename van de kortademigheid (u kunt niet meer platliggen);
- een droge prikkelhoest;
- opgezette enkels en/of benen;
- een vol gevoel in de bovenbuik (een opgezette buik);
- een verminderde eetlust;
- een verminderde urineproductie overdag en 's nachts plast u vaker en meer;
- een toename van de vermoeidheid
- uw harstslag sneller of onregelmatig is.



## 1.2 Vocht/zoutbeperking en wegen

Het is al eerder met u besproken dat u een zoutbeperking en een vochtbeperking heeft. Het is daarom belangrijk dat u zich iedere dag op een nauwkeurige weegschaal weegt. Probeer dit iedere ochtend te doen na het urineren maar wel voor u zich aankleedt en ontbeten heeft. Als u moeite heeft met de vochtbeperking, kunt u een vochtlijst bijhouden zodat u precies weet wat u die dag gedronken heeft. De verpleegkundige kan u daar mee helpen.

## 1.3 Vochtbeperking

Datum	Maximaal hoeveelheid ml per 24 uur
.....	Maximaal.....ml per 24 uur
.....	Maximaal.....ml per 24 uur
.....	Maximaal.....ml per 24 uur

## 1.4 Zoutbeperking

Datum	Maximaal hoeveelheid gram per 24 uur
.....	Maximaal.....gram per 24 uur
.....	Maximaal.....gram per 24 uur
.....	Maximaal.....gram per 24 uur

## 1.5 Medicijnen en voornaamste bijwerkingen

### Ace-remmers

De werking van deze medicijnen is dat ze inwerken op de vaatwanden, deze verslappen en hierdoor hoeft het hart minder hard te pompen.

#### Bijwerkingen:

- prikkelhoest,
- duizeligheid, dit kan door een lage bloeddruk komen,
- huiduitslag.

### Diuretica

Deze tablettten zorgen ervoor dat u meer gaat plassen zodat het lichaam geen extra vocht vast houdt.

#### Bijwerkingen:

- kramp;
- duizeligheid;
- kaliumverlies, daarom moeten we regelmatig uw bloed controleren.

## **Bèta-blockers**

Deze groep medicijnen zorgt ervoor dat de bloeddruk lager wordt en het hart ook rustiger slaat.

### **Bijwerkingen:**

- moeheid;
- benauwdheid;
- langzame pols.

## **Digitalis**

Digitalis laat het hart rustiger en beter kloppen.

### **Bijwerkingen:**

- misselijkheid;
- klachten van wazig zien of vlekken;
- hartkloppingen;
- duizeligheid ten gevolge van een langzame pols.

## **Nitraten**

Deze medicijnen zetten uw aderen wijder open zodat uw hart minder hard hoeft te pompen en het hart zelf ook beter doorbloed wordt.

### **Bijwerkingen:**

- lage bloeddruk, hierdoor kan u zich duizelig voelen;
- hoofdpijn.

Dit is een kleine samenvatting. Voor uitgebreidere informatie kunt u altijd terecht bij uw cardioloog en hartfalenverpleegkundige.

**1.6 Lijst met veranderingen in te nemen medicijnen**  
(bijvoorbeeld extra plastabletten)

<b>Start dd.</b>	<b>Naam medicijn</b>	<b>Afspraken inname</b> (wanneer, hoeveel, hoelang)	<b>Paraaf</b>

<b>Start dd.</b>	<b>Naam medicijn</b>	<b>Afspraken inname (wanneer, hoeveel, hoelang)</b>	<b>Paraaf</b>

## 2. Invullijsten voor patiënten

In dit deel van het dagboek vindt u de gewichtscontrolelijsten. Deze lijst wordt door u ingevuld. Uw hartfalenverpleegkundige heeft u uitgelegd waarom dat belangrijk is en hoe u dat moet doen. Tevens bevat dit deel bladzijden waarop u (bijzondere) situaties kunt beschrijven die van belang kunnen zijn om te onthouden in relatie tot de behandeling.

Als u iets niet begrijpt of u hebt nog vragen, aarzel dan niet contact op te nemen met de hartfalenverpleegkundige.

### 2.1 Gewichtscontrolelijst

Datum	Gewicht
	.....kg
	.....kg
	.....kg
	.....kg
	.....kg
	.....kg
	.....kg
	.....kg
	.....kg
	.....kg
	.....kg
	.....kg
	.....kg
	.....kg
	.....kg
	.....kg

Datum	Gewicht
	.....kg
	.....kg
	.....kg
	.....kg
	.....kg
	.....kg
	.....kg
	.....kg
	.....kg
	.....kg
	.....kg
	.....kg
	.....kg
	.....kg
	.....kg
	.....kg





















### **3. Meer informatie**

Hieronder treft u een overzicht van voorlichtingsmateriaal over hartfalen en andere onderwerpen die betrekking (kunnen) hebben op uw ziektebeeld.

#### **3.1 Folders en brochures**

Dit materiaal kunt u krijgen van één van de hulpverleners of bij de Hartstichting opvragen:

- Hartfalen
- Medicijnen en hartziekten
- Te hoog cholesterol
- Eten naar hartenlust
- Koken naar hartenlust
- Een half uur bewegen per dag doet wonderen
- Overgewicht
- Stoppen met roken
- Een pacemaker



### 3.2 Patiëntenverenigingen

Nederlandse Hartstichting

Postbus 300, 2501 CH Den Haag

Telefoonnummer: 0800-300 03 00 (informatielijn)  
070-315 55 55 (algemeen)

E-mail: [info@hartstichting.nl](mailto:info@hartstichting.nl)

Internet: [www.hartstichting.nl](http://www.hartstichting.nl)

Belangenvereniging Hart- en vaatpatiënten

Postbus 239, 6040 AE Roermond

Telefoonnummer: 0180-41 00 27 (secretariaat)  
0475-52 78 08

De Hart & Vaatgroep

Postbus 133, 3769 ZJ Soesterberg

Telefoonnummer: 088-11 11 600

E-mail: [info@hartenvaatgroep.nl](mailto:info@hartenvaatgroep.nl)

Internet: [www.hartenvaatgroep.nl](http://www.hartenvaatgroep.nl)

Stichting Hartpatiënten Nederland

Zwartebroekstraat 19, 6041 JL Roermond

Telefoonnummer: 0475-31 72 72  
0900-4 278 278

E-mail: [roermond@hartpatienten.nl](mailto:roermond@hartpatienten.nl)

Internet: [www.hartpatienten.nl](http://www.hartpatienten.nl)

juli 2010