

Cardiologie

# Hartfalenpolikliniek

## Contactgegevens Alrijne Ziekenhuis

**Alrijne Ziekenhuis Leiden**  
Houtlaan 55  
2334 CK Leiden  
071 517 8178

**Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp**  
Simon Smitweg 1  
2353 GA Leiderdorp  
071 582 8282

**Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn**  
Meteoorlaan 4  
2402 WC Alphen aan den Rijn  
0172 467 467

**Bij u is de diagnose hartfalen gesteld. Daarom bent u door uw cardioloog doorverwezen naar de polikliniek hartfalen. U heeft binnenkort een polikliniekafspraak bij een van de verpleegkundig specialisten van de hartfalen polikliniek.**

## Chronisch hartfalen

Chronisch hartfalen is een ernstige aandoening waarbij het hart niet goed genoeg in staat is het bloed door het lichaam te pompen. Dit betekent dat uw bloed niet genoeg zuurstof en voedingsstoffen kan afgeven aan uw lichaam, waardoor het lichaam niet normaal kan functioneren.

Hierdoor kunt u bijvoorbeeld vermoeide spieren krijgen. Het betekent ook dat afvalstoffen niet op de juiste manier worden afgevoerd, of dat zich vocht ophoopt in uw longen of in andere delen van uw lichaam, bijvoorbeeld uw benen of buik.

## Aduiezen

In deze folder vindt u enkele adviezen die we tijdens het polikliniekbezoek verder zullen toelichten.

### Medicatie

Het is belangrijk dat u de voorgeschreven medicijnen zorgvuldig inneemt.

### Vocht

Probeer per dag niet meer vocht te drinken dan 1 ½ liter. Onder vocht verstaan we alles wat gedronken wordt en alles wat met een lepel gegeten wordt: pap, vla, soep, yoghurt, enz.

Eén stuk fruit mag wel; dat hoeft niet als vochtinname meegerekend te worden.

### Zout

Wij raden u aan om niet meer dan 6 gram keukenzout per dag te gebruiken (is 2400 mg natrium). Voeg daarom geen zout toe als u de warme maaltijd kookt.

Kant en klaar maaltijden, zoute en zure haring bevatten veel zout. Dit kunt u dus beter niet eten.

### Wegen

Neem bij een gewichtstoename van 1 kg in één dag of 2 kg in drie dagen contact met ons op.

Snelle gewichtstoename kan betekenen dat u mogelijk (weer) vocht vasthoudt. Daarom is het belangrijk dat u zich dagelijks weegt, bij voorkeur op hetzelfde tijdstip, liefst 's ochtends. Noteer uw gewicht iedere ochtend. Daardoor heeft u zelf inzicht in het verloop van eventuele gewichtstoename; bovendien kan het overzicht belangrijk zijn bij overleg met een van ons.

### Activiteiten

Probeer actief te blijven zoals u gewend bent, maar ga niet over uw grenzen heen.

## Klachten en signalen die passen bij verergering van hartfalen

Hieronder staan klachten en signalen beschreven die passen bij verergering van hartfalen. **Neem bij deze klachten contact met ons op.**

- Dikke benen, enkels, vingers of buik;
- Schoenen of kleding gaat strakker zitten;
- Broekriem moet u wijder instellen dan u gewend bent;
- Gewichtstoename\* van meer dan  $\pm 2$  kg in drie dagen;
- Toenemende vermoeidheid;
- Toenemende kortademigheid;
- Steeds een "vol gevoel" hebben, buikpijn, misselijkheid;
- Hartkloppingen;
- Gevoel van verkoudheid en hoesten;
- Verwardheid en onrust;
- Niet goed kunnen concentreren, "er niet bij zijn";
- 's Nachts vaker en overdag minder hoeven urineren; urine is donkerder.

\* Ook als u minder eet en uw gewicht hetzelfde blijft, kan het zijn dat u vocht vasthoudt.

## Tot slot

Denkt u eraan bij ieder bezoek aan het ziekenhuis een geldig legitimatiebewijs (paspoort, identiteitsbewijs, rijbewijs) en uw zorgverzekeringspas mee te nemen. Zijn uw gegevens (verzekering, huisarts, etc.) gewijzigd, meldt u dit dan bij de Patiëntenregistratie in de hal op de begane grond van het ziekenhuis. Wij stellen het op prijs als u zich tijdig meldt voor de afspraak.

## Klachten of vragen

Heeft u klachten of vragen die niet tot het geplande polikliniekbezoek kunnen wachten, neem dan contact met ons op tijdens het telefonisch spreekuur, **telefoonnummer: 071 582 84 82** (maandag t/m vrijdag van 09.00 tot 11.30 uur).

Buiten kantooruren kunt u contact opnemen met uw huisarts of de huisartsenpost.

## Bereikbaarheid afdelingen Cardiologie

### Polikliniek Cardiologie

Leiden: routenummer 42

Leiderdorp: routenummer 105

Alphen aan den Rijn: routenummer 56

### Telefonische bereikbaarheid (Alphen ad Rijn/Leiden/Leiderdorp):

**071 582 8043**

### Bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 08.30 tot 16.30 uur.

- Verpleegafdeling cardiologie A3, locatie Leiderdorp (routenr. 330): 071 582 8076
- Afdeling hartbewaking CCU, locatie Leiderdorp (routenr. 370): 071 582 8075
- Afdeling eerste hart hulp EHH, locatie Leiderdorp (routenr. 370): 071 582 8075

## Over Alrijne Zorggroep

Op onze locaties in Leiden, Leiderdorp, Alphen aan den Rijn, Katwijk en Sassenheim, bieden wij de beste zorg dichtbij aan iedere patiënt. En dat doen we samen: met patiënten die de regie over hun eigen leven voeren, met deskundige en betrokken medewerkers, in samenwerking met huisartsen en andere zorgverleners.

Voor meer informatie over Alrijne Zorggroep kunt u terecht op [www.alrijne.nl](http://www.alrijne.nl).

Volg ons ook op Twitter, Instagram en Facebook.

### Geef uw mening!

Op [www.zorgkaartnederland.nl](http://www.zorgkaartnederland.nl) kunt u aangeven hoe u de zorg in Alrijne Ziekenhuis heeft ervaren. Op deze manier kunt u ons helpen de kwaliteit van zorg nog verder te verbeteren.

04.35, 01\_19