Ontslaginformatie; uw herstel na een pacemakerimplantatie

Begrijpelijke voorlichting met animatievideo's

Dit is de papieren versie van digitale voorlichting met animatievideo's.
Scan de QR-code met de camera van een telefoon, klik op de link en bekijk de voorlichting.

Ontslag na uw ziekenhuisopname

Animatievideo

Deze tekst hoort bij een animatievideo. Scan de QR-code met de camera van een telefoon, klik op de link en bekijk de video.

Uitgesproken tekst van de video

Binnenkort wordt u ontslagen uit het ziekenhuis.
U wordt ontslagen omdat u geen zorg meer nodig heeft in het ziekenhuis.
Dat u wordt ontslagen, betekent niet altijd dat u alweer helemaal hersteld bent.
Na het ontslag heeft u misschien nog hulp nodig.
Dit kan thuis zijn of in een andere zorginstelling.
Als dit voor u geldt, krijgt u hierover meer informatie van uw zorgverlener.
Als u thuis verder kunt herstellen, moet u misschien praktische hulp regelen.
Denk hierbij aan hulp bij het huishouden of bijvoorbeeld iemand die boodschappen voor u doet.
Ook heeft u misschien hulpmiddelen zoals krukken nodig...
...of moeten er thuis aanpassingen gedaan worden.
Probeer deze dingen te regelen voordat u naar huis mag.
Het kan zijn dat u zich thuis moet houden aan bepaalde leefregels en adviezen.
Dit krijgt u te horen tijdens de opname.
Tijdens het ontslaggesprek krijgt u uitleg over eventuele medicijnen die u thuis moet gebruiken.
Het is belangrijk dat u vragen die u daarover heeft stelt voordat u naar huis gaat.
Zorg ervoor dat u weet wie u moet bellen bij problemen en vragen.
Na uw ziekenhuisopname kunt u verder herstellen. Wij wensen u een goed herstel!

U gaat bijna naar huis of naar een andere zorginstelling. Dat is prettig, maar kan ook spannend zijn. Hieronder leest u wat u kunt verwachten en wat u zelf kunt doen voor een goed herstel.

Ontslaggesprek



U krijgt vóór uw vertrek een ontslaggesprek met een verpleegkundige en/of arts. Hierin worden belangrijke punten besproken, zoals uw herstel, medicijnen en leefregels. Het kan helpen om uw naasten bij dit gesprek te betrekken. Twee horen en onthouden vaak meer dan één.



Zelf vervoer regelen

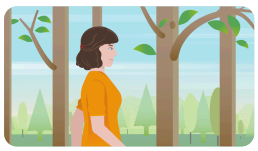
Wanneer u naar huis gaat, zorgt u zelf voor vervoer. Lukt dit niet? Bespreek dit dan met de verpleegkundige. Samen kijken we naar de mogelijkheden.

Algemene informatie



Thuis herstellen

- Herstellen kost tijd. Iedereen herstelt in zijn eigen tempo.
- Het is normaal dat u zich nog moe of onzeker voelt.



Bewegen

- Blijf in beweging, maar doe dit rustig en volg de adviezen die u heeft gekregen.
- Verdeel activiteiten over de dag en neem voldoende rust.
- Forceer niets en stop bij toenemende pijn of klachten.
- Heeft u oefeningen gekregen? Volg deze zoals afgesproken.



Eten en drinken

- Eet en drink wat u gewend bent, tenzij u andere adviezen heeft gekregen.
- Voldoende inname van energie en eiwit kunnen bijdragen aan herstel.
- Bij voeding gerelateerde klachten en/of onbedoeld gewichtsverlies kunt u contact opnemen met uw (huis)arts.



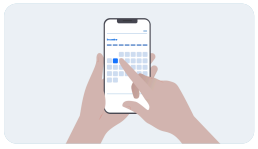
Medicijnen

- Neem uw medicijnen precies zoals voorgeschreven.
- Nieuwe medicijnen haalt u op bij de apotheek van het ziekenhuis. Apotheek ziekenhuis Roosendaal: **route 22** Apotheek ziekenhuis Bergen op Zoom: **route 37**
  Kies bij de aanmeldzuil de knop 'ontslag'.
- U krijgt bij het ophalen uitleg over het gebruik van uw medicijnen. U ontvangt ook een overzicht van uw medicatie.
- Heeft u vragen of bijwerkingen? Neem contact op met uw apotheek of behandelaar.
- Gaat u na ontslag naar een **andere zorginstelling**? Dan sturen wij het medicatieoverzicht naar de **arts en apotheek van die zorginstelling**. De zorginstelling zorgt vervolgens voor uw medicijnen.



Wondzorg en materialen

- U krijgt zo nodig materialen mee voor de eerste dagen (bijvoorbeeld pleisters).
- Heeft u meer wondzorg nodig? Dan worden materialen bij u thuisbezorgd.
- Volg de instructies die u hierover heeft gekregen.
- Gaat u na ontslag naar een zorginstelling? Dan regelt de zorginstelling zelf de benodigde materialen.



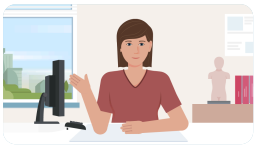
Afspraken

- U krijgt een controleafspraak op de polikliniek.
- Soms wordt deze na ontslag ingepland.
- U ontvangt een afspraakbevestiging per e-mail.
- Via MijnBravis kunt u ook uw afspraken bekijken.
- U kunt een afspraak wijzigen of afzeggen via MijnBravis of telefonisch via de polikliniek.



Uitslagen

- De meeste uitslagen zijn al bekend bij ontslag.
- Eventuele uitslagen die nog volgen, bespreekt uw arts later met u.



Uw huisarts

Uw huisarts ontvangt een brief over uw opname en behandeling.
Dit zorgt ervoor dat uw huisarts u goed kan begeleiden na ontslag.

Informatie terugvinden

- MijnBravis; Inloggen (https://mijnbravis.hix365.nl/Authentication/LoginSelector?Source=%2F)
- Bravis ziekenhuis (https://www.bravis.nl/)

Aanvullende informatie

U heeft een pacemaker gekregen. Een pacemaker helpt uw hart om in een passend ritme te blijven kloppen.

De pacemakertechnicus heeft u uitleg gegeven over uw pacemaker en waar u op moet letten. Meer informatie vindt u in de brochure Pacemaker (https://www.hartstichting.nl/hart-en-vaatziekten/behandelingen/pacemaker) van de Nederlandse Hartstichting.

Belangrijk



Wanneer neemt u contact op?

Het is normaal dat de wond na de ingreep wat gevoelig is. Let de eerste weken goed op veranderingen.

Neem contact op met uw pacemakertechnicus (088-70 68 485)bij:

- Toenemende of plotselinge pijn rond de wond.
- Roodheid van de wond.
- Zwelling rond de wond of pacemaker.
- Hechtingen die na 2 weken nog niet zijn opgelost of irritatie veroorzaken.
- Een wond die (gedeeltelijk) open gaat, waarbij u de pacemaker kunt zien.
- Pus of vuil dat uit de wond komt.
- Koorts boven de 38,5 °C.
- Koude rillingen.
- Een blauwe of bruine verkleuring van de huid boven de pacemaker.
- Een dunne, gespannen of pijnlijke huid rond de pacemaker.

Rijd niet zelf naar het ziekenhuis!



Medicijnen

- Neem uw medicatie zorgvuldig en op vaste tijden in.
- Volg de aanwijzingen van uw zorgverlener altijd zorgvuldig op.
- Heeft u pijn? Dan kunt u bij voorkeur paracetamol gebruiken. Neem maximaal 3 tot 4 keer per dag 1000 mg en bouw het gebruik daarna weer af.

Voor vragen over uw medicijnen kunt u terecht bij uw eigen apotheek. Bij ontslag ontvangt u een actueel medicatieoverzicht.



Wondzorg

Verzorging

- De wond is gesloten met oplosbare hechtingen of huidlijm.
- Heeft u een pleister op de wond? Dan mag u deze pleister de 3 dagen verwijderen.
- Is de pleister eerder vies geworden of laat deze los? Dan kunt u een nieuwe pleister aanbrengen.
- De hechtingen lossen vanzelf op.

Douchen en baden

- Heeft u een **pleister** op de wond? Dan mag u de eerste **3 dagen niet** douchen.
- Zodra de wond droog en gesloten is, kunt u weer douchen. Gebruik geen zeep op de wond en dep de huid voorzichtig droog.
- Is de wond met **huidlijm** gesloten? Dan mag u de eerste **2 dagen niet** douchen. Daarna kunt u kort douchen.
- Wacht met baden, zwemmen en saunabezoek totdat de wond volledig is genezen. Dit duurt meestal ongeveer 2 weken.



Materialen en hulpmiddelen

Pacemakerpas

U ontvangt een pacemakerpas van de pacemakertechnicus of per post.

- Op deze pas staan belangrijke gegevens over uw pacemaker en de elektroden.
- Draag uw pacemakerpas altijd bij u.
- Andere zorgverleners kunnen deze informatie nodig hebben bij een onderzoek of behandeling.

Elektrische apparatuur

De meeste elektrische apparaten in en om het huis kunt u gewoon blijven gebruiken.

- Houd elektrisch gereedschap minimaal 25 cm van uw pacemaker vandaan.
- Draag uw mobiele telefoon niet in een borstzak aan de zijde van uw pacemaker.
- Vertel bij een bezoek aan een arts, tandarts of andere zorgverlener altijd dat u een pacemaker heeft.



Activiteiten en leefregels

Bewegen

Het is belangrijk om te blijven bewegen, maar voorkom overbelasting van de arm aan de zijde van de pacemaker.

- Blijf uw arm rustig bewegen.
- Hef deze arm de eerste 6 weken niet hoger dan schouderhoogte.
- Beweeg uw arm de eerste 6 weken niet verder dan ongeveer 20 cm naar achteren.
- Vermijd gedurende deze periode zwaar tillen, trekken, duwen en rekken.

Autorijden en fietsen

- Rijd de eerste 2 tot 6 weken **niet** zelf auto.
- Fiets de eerste 2 tot 6 weken **niet**.

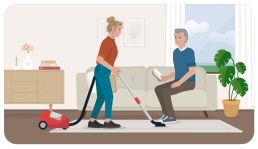
Bespreek met uw behandelaar wanneer u het autorijden en fietsen weer veilig kunt hervatten.

Sporten

- Wandelen is toegestaan.
- Sporten waarbij u veel met uw armen beweegt of veel kracht gebruikt, zoals tennis of roeien, worden de eerste 6 weken afgeraden.
- Bouw uw sportactiviteiten daarna geleidelijk op en luister goed naar uw lichaam.

Werk

- Licht lichamelijk of zittend werk kunt u meestal na ongeveer 1 week weer hervatten.
- Heeft u zwaar lichamelijk werk? Houd dan rekening met de bewegingsbeperkingen gedurende de eerste 6 weken.
- Bespreek met uw bedrijfsarts en behandelaar wanneer u uw werkzaamheden weer veilig kunt hervatten.



Hulp van uw naasten

De eerste weken na de implantatie kan het prettig zijn als iemand uit uw omgeving u ondersteunt. Bespreek samen wat u prettig vindt en waarbij u hulp kunt gebruiken. Uw naaste kan bijvoorbeeld:

- Helpen met vervoer
- Zware huishoudelijke werkzaamheden, tillen en andere activiteiten van u overnemen.
- Dagelijkse activiteiten waarbij u uw arm aan de zijde van de pacemaker tijdelijk minder kunt gebruiken van u overnemen.
- Helpen met het controleren van de wond op tekenen van een infectie, zoals roodheid, zwelling, toenemende pijn, pus of koorts.
- U ondersteunen bij het opvolgen van leefregels en controle afspraken.



Begeleiding en nazorg

Voor deze behandeling is meestal geen extra begeleiding nodig. Als uit het onderzoek blijkt dat verdere behandeling of begeleiding wenselijk is, bespreekt uw cardioloog dit met u.

Na de implantatie komt u terug voor controle van uw pacemaker. Tijdens deze controle wordt gekeken of de pacemaker goed werkt en kunt u eventuele vragen bespreken.

Contact

Belangrijk

Acute vragen tot 7 dagen na uw ontslag?

- Bel dan tijdens kantoortijden met de pacemaker technicus 088-70 68 485.
- Of met de polikliniek Cardiologie 088 - 70 68 466. Kijk voor de actuele bereikbaarheid van de polikliniek op: Cardiologie - Bravis (https://www.bravis.nl/afdelingen/cardiologie) .
- Buiten kantoortijden kunt u contact opnemen met de afdeling Spoed Eisende Hulp (SEH) via 088 - 70 68 889.

Bij vragen na 7 dagen na uw ontslag kunt u contact opnemen met uw huisarts of buiten kantoortijden met de huisartsenpost.

- Huisartsenpost Bergen op Zoom via 0164 - 273 855
- Huisartsenpost Roosendaal via 0165 - 530 200

Heeft u overige vragen aan de cardioloog?

Heeft u een uitnodiging voor BeterDichtbij en heeft uw vraag geen spoed? Stel dan uw vraag via de BeterDichtbij app.

Heeft uw vraag spoed of heeft u nog geen uitnodiging ontvangen voor BeterDichtbij? Neem dan contact op met de polikliniek Cardiologie 088 - 70 68 466. Kijk voor de actuele bereikbaarheid op: Cardiologie - Bravis (https://www.bravis.nl/afdelingen/cardiologie)