

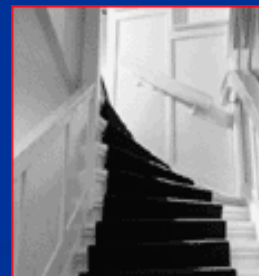
HARTFALEN in de eerste en in de tweede lijn

Hanneke Glazenburg-Bultman

Hartfalenverpleegkundige
Medisch Spectrum Twente te Enschede

Wat is hartfalen?

Hartfalen is de grote onbekende onder de hartziekten. Het woord klinkt misschien bekend, doet denken aan hartinfarct, hartaanval of hartstilstand. Toch is het heel iets anders.



Definitie hartfalen

Hartfalen is een klinisch syndroom dat bestaat uit een combinatie van klachten en verschijnselen die direct of indirect het gevolg zijn van een tekortschietende pompfunctie van het hart.

Bron: RIVM

Oorzaken van hartfalen

- Hartinfarct
- Hoge bloeddruk
- Niet goed functionerende hartkleppen
- Ritmestoornissen
- Aandoening van de hartspier

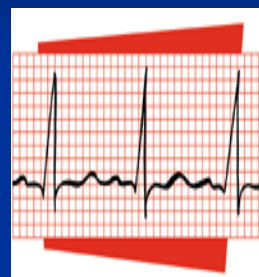


Signalen

- Vermoeidheid
- Kortademigheid (vooral bij inspanning)
- Opgezette benen en enkels
- Koude handen en voeten
- Opgeblazen gevoel en een moeilijke stoelgang
- Verminderde eetlust en toch zwaarder worden
- Prikkelhoest (vooral bij platliggen)
- Onrustig slapen en 's nachts vaak plassen
- Vergeetachtigheid en gebrek aan concentratie

Hoe wordt hartfalen vastgesteld?

- Hartfilmpje of ECG
- Laboratoriumonderzoek
- Röntgenonderzoek van hart en longen
- Echocardiogram
- Inspanningsonderzoek
- Hartcatheterisatie



NYHA-CLASSIFICATIE

- NYHA1: geen klachten
- NYHA2: klachten tijdens forse inspanning
- NYHA3: klachten tijdens geringe inspanning
- NYHA4: klachten tijdens rust of geringe inspanning

De behandeling van hartfalen

- Medicatie
- Leefregels
- Biventriculaire pacemaker
- ICD
- Operatie
- Telemonitoring
- Thuisbehandeling met furosemide intraveneus

Medicatie

Er is een aantal medicijnen dat standaard wordt voorgeschreven bij hartfalen

1. Diuretica op geleide van de klachten van vochtophoping
2. ACE-remmers op geleide van bloeddruk
3. Bètablokkers op geleide van hartritme

Stappenplan

- Stap 1a: start met thiazide diureticum bij geringe klachten of als piekdiurese ongewenst is (bijv. hydrochloorthiazide)
- Stap 1b: start met een lisdiureticum bij matige of ernstige klachten (bijv. furosemide)
- Stap 2: voeg een ACE-remmer toe (bijv. lisinopril)

- Stap 3: Voeg een β -blokker toe. (bijv. carvedilol)
- Stap 4: Voeg spironolacton toe bij (NYHA III of IV)
- Stap 5: Voeg digoxine toe bij patiënten met aanhoudende of opnieuw optredende klachten, ondanks gebruik van bovenstaande medicatie in maximaal aanvaardbare doseringen.

Belangrijke aandachtspunten bij de medicamenteuze therapie

- Therapietrouw
- Het gebruik van NSAID's
- Vraag gerust de apotheek (apotheker) als je een vraag hebt over geneesmiddelen, gebruik en bijwerkingen
- Er komen steeds weer nieuwe medicamenten op de markt

Om aan te denken

- Bij diarree, de diuretica verminderen
- Bij jicht de arts colchicine voor laten schrijven
- Wat te doen als de hartfalenpatiënt een dagje uit wil?
- Wat te doen tijdens een lange reis
- Wat te doen bij vergeten de dosis in te nemen?

Leefregels

- Medicijnen volgens afspraak innemen
- Zoutarm dieet
- Vochtbeperking
- Volwaardige voeding
- Regelmatig wegen
- Voorkom overgewicht
- In beweging blijven
- Stoppen met roken
- Alcoholgebruik

Medicijnen volgens afspraak innemen

- Vraag na of de hartfalenpatiënt de medicijnen op de afgesproken tijden inneemt.
- Adviseer de patiënt om nooit zonder overleg te stoppen met zijn medicijnen.

Zoutarm dieet

- Zout houdt vocht vast en daardoor is het voor het hart moeilijk om de circulatie voldoende op gang te houden. Daarom wordt bij hartfalen een zoutarm dieet geadviseerd.
- 2000 – 2400 mg natrium per dag (gezonde voeding)

Vochtintake

- Vochtintake van minimaal en maximaal 1500ml
- Een vochtbeperking wordt gegeven om zo het hart te ontlasten. Als er veel vocht circuleert in het lichaam dan moet het hart ook harder werken/pompen.
- 's Zomers maximaal 2000 ml

Dagelijks wegen

- Het gewicht laat als eerste zien dat het hart faalt. Voordat er symptomen zijn kan het gewicht al oplopen.
- Laat de hartfalenpatiënt zich iedere dag op het zelfde tijdstip ('s ochtends) wegen
- Bij een gewichtstoename van 2 kilo of meer in een week de hartfalenpatiënt contact op laten nemen

In beweging blijven



Stoppen met roken



- Roken is slecht voor de gezondheid en zeker als voor de hartfalenpatiënt
- Probeer de hartfalenpatiënt te motiveren om te stoppen

Alcoholgebruik



- Overmatig alcoholgebruik kan hartfalen veroorzaken of verergeren
- Alcoholinname dient beperkt te worden tot 1 a 2 eenheden per dag.

Hartfalenverpleegkundigen

- Begeleiden de hartfalenpatiënt en diens naasten
- Leggen het ziektebeeld en de leefregels voor hartfalen aan de hartfalenpatiënt uit
- Mogen protocollair medicatie wijzigen
- Zijn de intermediair tussen de cardioloog en de hartfalenpatiënt
- Staan open voor alle vragen
- Zijn snel te bereiken voor patiënten, diens omgeving en andere zorgverleners

Rol praktijkondersteuner bij hartfalen

- Wegen en het gewicht interpreteren
- Kijken naar oedeemvorming (putjes drukken)
- Vraag naar klachten o.a. kortademigheid
- Bespreek voedingspatroon, zout- en vochtintake
- Hou in de gaten of iemand zijn medicatie inneemt
- Bespreek of er ook hulp moeten komen in huis (denk hierbij ook aan persoonlijke verzorging)
- Ondersteun de mantelzorger
- Intermediair zijn tussen 1e en 2e lijn

De eerste en de tweede lijn

- Een goede samenwerking is belangrijk
- Verwijzing 1e lijn naar 2e lijn en vice versa
- Bij vragen, neem contact op met de hartfalenverpleegkundige bij jou in de buurt
- In de toekomst zal er een keten hartfalen komen

Nadere informatie

- Brochure hartfalen
- Boek: "Zorg rondom hartfalen"
- NHG standaard M51
- www.hartstichting.nl
- Informatielijn: 0800-3000



Nog vragen??