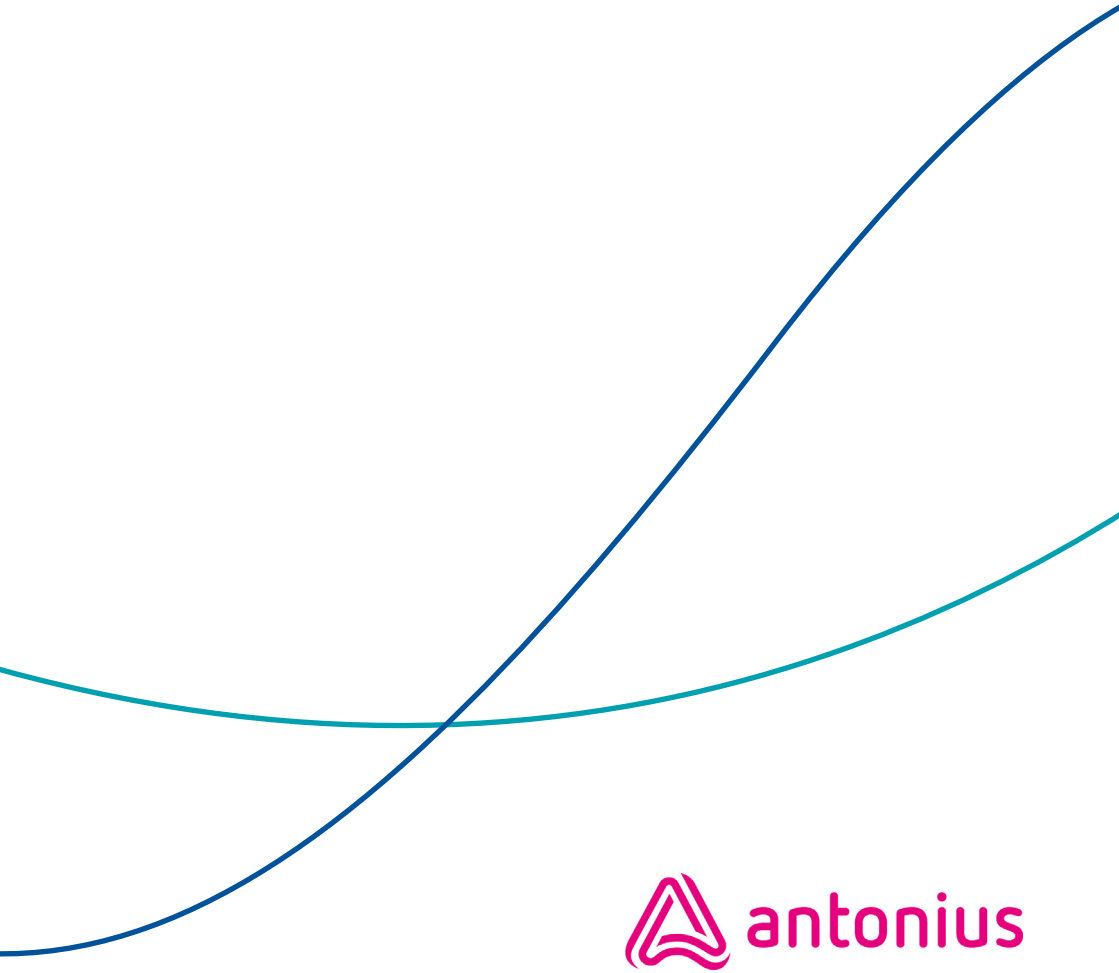
Cardiologie

Hartrevalidatie



antonius

Hartrevalidatie

U hebt hartklachten en wordt hiervoor behandeld. Uw arts heeft geadviseerd een hartrevalidatieprogramma te volgen. In deze folder leest u hierover meer.

Waarom

Hartrevalidatie is een belangrijk onderdeel van uw behandeling. Uit onderzoek blijkt dat hartrevalidatie veel kan opleveren, zoals:

- Verbetering van de lichamelijke fitheid.
- Vertraging van slagaderverkalking.
- 30% minder kans op sterfte door hartproblemen.
- 50% minder kans op nieuwe hartproblemen.
- Betere stemming, weer plezier hebben in het leven.
- Meer vertrouwen hebben in de toekomst en minder zorgen.
- Weer deel kunnen nemen aan het sociale leven.

Voor wie

Hartrevalidatie is voor iedereen die kortgeleden een aandoening aan het hart heeft gehad en daarvoor is behandeld, bijvoorbeeld na en bij een:

- Hartinfarct.
- Dotter- of stentbehandeling.
- Bypassoperatie, hartklepoperatie of andere operatie aan het hart.
- Hartritmestoornis of bij een nog aanwezige hartritmestoornis.
- Pacemaker of ICD implantatie.
- Hartstilstand.
- Hartfalen.

Voor deelname aan hartrevalidatie is een verwijzing nodig van de cardioloog.

Door wie

Het hartrevalidatieteam bestaat uit een cardioloog, fysiotherapeut, diëtiste, medisch maatschappelijk werkende, klinisch psycholoog en een verpleegkundig consulent cardiologie.

De verpleegkundig consulent cardiologie is uw aanspreekpunt tijdens de revalidatie. In het intakegesprek met de consulent bespreekt u uw doelen en wordt bepaald welke onderdelen van de hartrevalidatie hierbij kunnen helpen. De consulent coördineert het programma en evalueert met u of u uw doelen ook hebt bereikt. Mocht u deze niet hebben behaald, dan bepaalt de consulent samen met u wat u nog nodig hebt om deze doelen alsnog te bereiken.

Wanneer
Hartrevalidatie start binnen 2 tot 4 weken na de behandeling in het ziekenhuis of na een verwijzing door de cardioloog.

Waar
Hartrevalidatie vindt plaats in het ziekenhuis in Sneek. In Emmeloord is het mogelijk om een deel van de hartrevalidatie in de dependance aan de Urkerweg en/of de Houttuinen te volgen. Voor de complexere revalidatie kan het zijn dat u, in overleg, verwezen wordt naar een revalidatiecentrum.

Hoelang
Het hartrevalidatie programma duurt tussen de 6 weken en 3 maanden.

Vergoeding
Hartrevalidatie in een ziekenhuis of revalidatiecentrum, met een verwijzing van de cardioloog, wordt vergoed vanuit de basisverzekering. Dit is onafhankelijk van het programma dat u gaat volgen.

Informeer bij uw zorgverzekeraar naar de vergoeding van onderstaande mogelijkheden:

- Er zijn fysiotherapeuten buiten het ziekenhuis die hartrevalidatie aanbieden. Dit valt niet onder de basisverzekering. Mocht u hiervan gebruik willen maken dan kunt u het beste contact opnemen met uw cardioloog of anders uw huisarts.
- U kunt zich na hartrevalidatie aansluiten bij beweeggroepen voor hartpatiënten en sporten onder deskundige begeleiding. Dit wordt meestal niet vergoed door de zorgverzekeraar.

Wat houdt het in?

Hartrevalidatie is maatwerk. Samen met het hartrevalidatieteam wordt gewerkt aan het herstel. U volgt de onderdelen die voor u zinvol zijn.
Uw hartaandoening heeft niet alleen gevolgen voor uzelf, maar ook voor uw partner en uw naasten. Zij kunnen zich onzeker, machteloos of somber voelen. Het hartrevalidatieprogramma biedt daarom ook informatie en steun voor de partner.

U krijgt ter voorbereiding op het intakegesprek een vragenlijst toegestuurd en zo nodig een afspraak voor een inspanningstest. Daarbij hoort ook een uitnodiging voor de informatiebijeenkomsten. Dit is het eerste onderdeel van het revalidatieprogramma en dit kan u onder andere helpen bij het vaststellen van uw doelen voor de hartrevalidatie.

Het programma bestaat uit:

Informatie

- Informatie over hart- en vaatziekten en risicofactoren.
- Tips over bewegen, gezond eten en medicijngebruik.
- Aandacht voor psychische en sociale aspecten als gevolg van uw hartaandoening.

Werken aan de lichamelijke conditie

- Sport en spel.
- Lichamelijke grenzen leren kennen.
- Herwinnen van het vertrouwen in het lichaam.

Leven met een hart- en vaatziekte

- Aanpassen van de leefstijl, hoe doet u dat?
- Omgaan met angst en ongerustheid.
- Tips om het oude leven zo goed mogelijk op te pakken.
- Omgaan met beperkingen.
- Werkhervatting, wat zijn mijn rechten en plichten?

Na het programma of eerder als dat gewenst is, volgt er een evaluatie met behulp van een vragenlijst. Hierop kunt u aangeven of u nog vragen hebt of behoefte hebt aan een gesprek met de verpleegkundig consulent cardiologie. Als u bepaalde doelen niet hebt gehaald of bij wilt stellen, kunt u nog één of meerdere onderdelen van het programma volgen.

Vragen tijdens of over de hartrevalidatie

De verpleegkundig consulent cardiologie is tijdens de revalidatieperiode uw aanspreekpunt. Zij is bereikbaar van maandag tot en met vrijdag tussen 9:00 en 16:30 uur.
T: 0515 - 48 83 53.
E-mail: cardio-consulent@antonius-sneek.nl

Hoe verder

- Als de hartrevalidatie is afgerond, draagt het hartrevalidatieteam uw gegevens over aan uw behandelend cardioloog.
- Wij adviseren u de verdere controle met uw cardioloog en/of de huisarts te bespreken.
- Mocht er na verloop van tijd behoefte zijn aan hervatting van de hartrevalidatie, bespreek dit dan met uw cardioloog en/of huisarts.

Hebt u opmerkingen of tips over de informatie in deze folder?
Wij ontvangen ze graag via folders@mijnantonius.nl

www.mijnantonius.nl

20-11-2018