

Richtlijnen na ontslag aortadissectie Type A/B

U bent in het ziekenhuis opgenomen in verband met een aortadissectie en heeft daarvoor een operatie en/of bedrust ondergaan. Binnenkort gaat u met ontslag. In deze folder staan een aantal richtlijnen/ adviezen voor thuis.

Hieronder worden richtlijnen beschreven als antwoord op de meest gestelde vragen, dit zijn de algemene richtlijnen. Het kan zijn dat er voor uw individuele situatie andere adviezen van toepassing zijn, dit wordt dan mondeling met u besproken.

Het herstel na een aortadissectie neemt veel tijd in beslag. In de meeste gevallen zes maanden tot een jaar. Iedere patiënt herstelt in zijn/ haar eigen tempo afhankelijk van de conditie en het verloop van de operatie (in het geval van een type A dissectie).

Adviezen

Om eventuele complicaties vroegtijdig op het spoor te komen, gelden onderstaande adviezen:

Gewicht: Weeg u iedere ochtend gedurende drie weken voor het ontbijt. Indien uw gewicht per dag met een pond of meer toeneemt, neem dan contact op met uw huisarts. Dit kan er namelijk op wijzen dat u teveel vocht vasthoudt.

Kortademigheid: Wanneer u meer kortademig wordt neem dan contact op met uw huisarts. Ook dit kan wijzen op het vasthouden van vocht.

Duizeligheid: Wanneer u duizelig bent of 'licht in het hoofd', laat dit dan uw huisarts weten. Deze klachten kunnen optreden wanneer u verzwakt bent, ook medicijnen die de bloeddruk verlagen kunnen duizeligheid veroorzaken.

Hartslag: Wanneer u tijdens de opname last hebt gehad van een snelle en onregelmatige hartslag, kunt u daar thuis ook last van krijgen. U merkt dit duidelijk aan het bonzen van het hart en een opgejaagd gevoel. Ook dit is een reden om de huisarts te bellen.

Temperatuur: Als u geopereerd bent (dus alleen bij een type A dissectie) moet u de eerste twee weken tweemaal per dag ('s ochtends en 's avonds) uw temperatuur opnemen. Is uw temperatuur twee dagen hoger dan 38.5 graden, neem dan contact op met uw huisarts.

Wondgenezing: Als u bent geopereerd houdt dan de wond goed in de gaten. De wond is nog kwetsbaar. Als de wond droog is, dan hoeft er geen pleister op. Let op tekenen van ontsteking van de wond, zoals roodheid, warm aanvoelen, zeer pijnlijke wond en het krijgen van koorts. In dat geval moet u de huisarts inschakelen.

Defaecatie: Houd uw ontlastingspatroon goed in de gaten. Het is belangrijk dat u niet hoeft te persen. Krijgt u problemen met de ontlasting dan is het belangrijk dat u via uw huisarts een laxeermiddel krijgt.

Leefregels

Binnen blijven: Na ontslag is het belangrijk om nog een week binnen te blijven, aangezien uw weerstand nog niet op peil is.

Emoties: Als u weer thuis bent zult u zich mogelijk onzeker en emotioneel voelen. U kunt last hebben van stemmingswisselingen. Dit wordt veroorzaakt door alles wat u hebt meegemaakt. De klachten verdwijnen na verloop van tijd wanneer u weer op krachten komt.

Rust: Het is belangrijk dat u het de eerste tijd nog rustig aan doet. Luister goed naar uw lichaam, houd in de gaten wat u wel en niet aankunt. Na een week kunt u uw activiteiten wat uit gaan breiden. Wel is het van belang dat u tot de controle bij de cardioloog rustig aan doet.

Dagelijkse activiteiten: U kunt als u thuis bent nog niet direct alles doen. De eerste zes weken mag u alleen licht huishoudelijk werk doen. Na zes weken mag u weer zwaar huishoudelijk werk uitvoeren.

Douchen: U mag gewoon douchen. Als u geopereerd bent kunt u na het douchen de wond voorzichtig droogdeppen. U kunt de eerste zes weken beter geen bad nemen, dat maakt de wondranden week.

Autorijden/fietsen: U mag de eerste zes weken niet autorijden of fietsen.

Werken: Overleg met de cardioloog, of en wanneer, u uw werkzaamheden weer kunt hervatten.

Sporten: In overleg met uw cardioloog en fysiotherapeut.

Vakantie: Overleg dit met uw cardioloog.

Seksualiteit: In principe is dit geen bezwaar. Dit is niet schadelijk voor uw aorta. Wees wel voorzichtig met de wond, deze is nog kwetsbaar.

Alcohol: U mag 1-2 glazen alcohol per dag gebruiken. Als u bloedverduunners gebruikt, geef dan uw alcoholgebruik door aan de trombosedienst.

U krijgt een polikliniekafspraak bij de cardioloog vier/zes weken na ontslag.

Vragen

Heeft u nog vragen naar aanleiding van deze folder, stelt u deze dan gerust aan uw behandelend cardioloog of aan de verpleegkundige. Heeft u thuis nog vragen, neemt u dan gerust contact op met de afdeling cardiologie (0318) 43 47 12.