

Hartfalenpoli: advies, begeleiding en controle Een veilig gevoel

Op de Hartfalenpoli werken cardiologen en verpleegkundigen nauw samen bij de intensieve begeleiding van patiënten met hartfalen. Zij bewaken de effecten van de behandeling en begeleiden en ondersteunen mensen met chronisch hartfalen. Samen met de patiënt proberen ze de kwaliteit van leven te verbeteren. Dit leidt tevens tot minder heropnames.

In 2000 is in Bronovo een begin gemaakt met de ontwikkeling van een Hartfalenpolikliniek. Vanaf 2002 is er een diëtist bij betrokken. De hartfalenverpleegkundige is voor de patiënt het aanspreekpunt. De informatie en service van de hartfalenverpleegkundige is vooral aanvullend op de rol van de cardioloog.

De verpleegkundige geeft informatie en uitleg over:

- het ziektebeeld, leefregels en risicofactoren
- het belang van het gebruik van medicijnen
- advies over het (leren) omgaan met de ziekte
- het aanpassen van de leefwijze (bijvoorbeeld de dagindeling, de afwisseling van beweging en rust)

In sommige gevallen verwijst de verpleegkundige

de patiënt door naar andere hulpverleners, een maatschappelijk werker of naar de hartrevalidatie. Verpleegkundige Els Toet: "We leggen uit dat de behandeling van hartfalen bestaat uit leefregels. En we vertellen over de werking van de voorgeschreven medicatie. Vooral oudere mensen moeten vaak veel medicijnen slikken. Hoe meer ze weten over het nut en het doel ervan, hoe beter ze zich aan de therapie houden."

Geen smaak

Tijdens het eerste gesprek op de poli komen ook het belang van beweging, het natriumarme dieet en de



De hartfalenverpleegkundigen: Marie-Louise van Beek, Mistica Eduarda en Els Toet.

vochtbeperking (1500 ml per 24 uur) aan de orde. "Voor veel patiënten is het zoutloze dieet moeilijk vol te houden", zegt Mistica Eduarda. "Ik gebruik al zo weinig zout, wordt er vaak gezegd. En zonder smaakt het niet." Patiënten krijgen tips over hoe dit is op te lossen door het gebruik van bepaalde kruiden. Iedere patiënt krijgt een folder mee met dieetinformatie die de diëtist speciaal voor de Hartfalenpoli samengesteld heeft. Soms lukt het echter niet en gaan patiënten minder warm eten of slaan de warme maaltijd helemaal over. Dan regelen de verpleegkundigen een bezoek aan de diëtist. Patiënten die naast hartfalen ook diabetes hebben, gaan standaard een keer naar de diëtist. In het begin vindt minimaal eens per maand een bezoek aan de Hartfalenpoli plaats, later zo vaak als nodig is. Bij elk bezoek aan de poli wordt de patiënt gewogen, wordt de bloeddruk gemeten en worden de leefregels opnieuw besproken. "Mensen zijn geneigd de teugels te laten vieren zodra men zich beter voelt", zegt Mistica. "Maar men moet de aanpassingen in de levensstijl levenslang volhouden."

Minder opnames

De patiënten zelf vinden de regelmatige bezoeken aan de Hartfalenpoli prettig. Het geeft ze een veilig gevoel. De extra begeleiding en de controles leiden ertoe dat patiënten minder vaak opgenomen worden in het ziekenhuis. "De patiënten krijgen van ons een lijst waarop staat wanneer ze de hartfalenverpleegkundige moeten bellen, bijvoorbeeld als hun gewicht ineens toeneemt. Zo zijn we er vaak snel bij om bijvoorbeeld extra plaspillen te laten voorschrijven. Een opname wordt dan voorkomen." De patiënten kunnen de poli dagelijks bellen. De hartfalenverpleegkundige overlegt

na een telefoontje met de cardioloog en belt daarna terug. De Hartfalenpoli werkt samen met de diëtisten van Bronovo en met het Regionaal Hartrevalidatiecentrum Bronovo. Bij de hartrevalidatie leren patiënten die stabiel zijn en die het zien zitten wekelijks aan hun conditie te werken, hun fysieke grenzen opnieuw te kennen. Els Toet: "Mensen kunnen vaak meer dan ze denken, het is zonde om er niet uit te halen wat erin zit."

Toekomst

Hoewel de verpleegkundigen ook steeds meer jonge patiënten zien – met name cardiomyopathie (*ziekte van de hartspier* – Red.) ten gevolge van alcohol en drugsgebruik – is het grootste deel van de patiënten boven de vijftig. "Door de vergrijzing zal het aantal mensen met hartfalen verder toenemen. Zeker in onze wijk, waar veel oudere mensen wonen. We verwachten dus een toeloop van patiënten", zegt Mistica. Zij is sinds het begin bij de Hartfalenpoli betrokken. Els Toet kwam er drie jaar geleden bij en sinds 1 juli versterkt een derde verpleegkundige het team: Marie-Louise van Beek. "We willen de zorg voor de hartfalenpatiënt nog verder verbeteren", zegt Ingrid Peters (hoofd polikliniek Cardiologie). "Ons doel is dat we patiënten levenslang begeleiden, vanaf het moment dat de diagnose gesteld wordt. Nu er drie verpleegkundigen zijn, hebben we de mogelijkheid huisbezoeken af te leggen bij mensen die slecht ter been zijn. Ook gaan we stappen ondernemen om het contact met de huisartsen te intensiveren."

De Hartfalenpoli is bereikbaar van maandag t/m vrijdag, op telefoonnummer 070 - 312 44 06 of via e-mail: hartfalenpoli@bronovo.nl ■

Kookworkshop

In voorjaar 2010 organiseert Bronovo in samenwerking met de Hart&Vaatgroep een kookworkshop 'Koken met smaak' voor patiënten met hartfalen. Voor meer informatie kunt u terecht bij de Hart&Vaatgroep, tel. 030 - 65 94 654 of via www.dehartenvaatgroep.nl.

Actueel

Hartfalenspreekuur ook in Gezondheidscentrum Wassenaar

In het Gezondheidscentrum Wassenaar is een nieuw spreekuur gestart, het hartfalenspreekuur van hartfalenverpleegkundige Els Toet. Het spreekuur vindt plaats op woensdag van 13.00 - 16.30 uur. Patiënten kunnen uitsluitend een afspraak maken na verwijzing van de cardioloog, via de Hartfalenpolikliniek van Bronovo. De Hartfalenpolikliniek is bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 09.00 - 16.00 uur, op telefoonnummer 070 - 312 44 06. ■