

## Wat is hart-falen?

Heb je net gehoord dat je hart-falen hebt?

In deze folder lees je wat dit is. En wie je helpen om dit te behandelen.

### Wat is hart-falen?



Bij hart-falen pompt je hart minder bloed door het lichaam.

De spieren en organen in je lichaam krijgen daardoor minder bloed.

Dat is niet goed en dat geeft klachten.

Soms krijg je hart-falen nadat je een hart-aanval hebt gehad.

Soms krijg je hart-falen als je last hebt van een hoge bloeddruk of suikerziekte

### Wat zijn je klachten?



- snel buiten adem zijn
- benauwdheid
- moe zijn
- vocht vasthouden in voeten of enkels

### Hoe stellen we hart-falen vast?



Eerst bespreek je jouw klachten met je huisarts.

Als het nodig is, laat de huisarts bloedonderzoek doen.

Ook kan de huisarts je naar het ziekenhuis sturen voor een hartfilmpje en een echo.

Als de uitslag niet goed is, dan ga je naar cardioloog. Dat is een hart-specialist.

### Hoe kunnen we behandelen?



De cardioloog bespreekt jouw klachten met jou in het ziekenhuis.

De cardioloog geeft jou medicijnen om het hart beter te laten werken.

Soms laat de cardioloog nog meer onderzoeken doen.

Na de afspraken met de cardioloog, ga je weer terug naar je huisarts.

De huisarts en andere mensen helpen je verder.

### Wat is een behandel-team?



Verschillende mensen werken samen met jou aan je behandeling.

Zij vormen jouw behandel-team. Wat doen zij?

- Ze geven advies
- Ze controleren
- Ze houden contact met elkaar over je behandeling
- Jullie beslissen samen wat voor jou het beste is

## Wie zitten er in jouw behandel-team?

### 1. Huisarts



De huisarts heeft bij jou ontdekt dat je hart-falen hebt.

Als de cardioloog je heeft behandeld, kom je weer naar de huisarts.

De huisarts en praktijk-ondersteuner controleren je regelmatig.

De huisarts en praktijk-ondersteuner bespreken met elkaar de juiste behandeling.

### 2. Praktijk-ondersteuner



Met de praktijk-ondersteuner van je huisarts heb je het meeste contact.

De praktijk-ondersteuner:

- geeft uitleg over hart-falen en medicijnen
- geeft advies en informatie over gezonder leven
- controleert je bloeddruk en gewicht (2 keer per jaar of vaker)
- regelt bloedonderzoek (1 keer per jaar of vaker)
- beantwoordt je vragen
- brengt je in contact met een diëtist, fysio-therapeut of apotheker
- heeft overleg met je huisarts over hoe het met je gaat

### 3. Apotheker



Bij de apotheek krijg je medicijnen tegen hart-falen.

De apotheker:

- controleert of de medicijnen passen bij jouw andere medicijnen
- geeft advies over het gebruik van de medicijnen

### 4. Diëtist



De diëtist weet alles over voeding.

Bij hart-falen is het belangrijk te letten op wat je eet.

Door zout houdt je lichaam extra vocht vast.

Dat is zwaarder voor je hart.

De diëtist:

- legt uit dat je minder zout mag eten
- kijkt samen of het nodig is dat je minder drinkt
- overlegt met jou hoe je je eetgewoonten kunt aanpassen

### 5. Fysio-therapeut



Bewegen kan helpen om je beter te voelen.

De fysio-therapeut helpt je hierbij.

Ook als je het lastig of spannend vindt om te bewegen.

## Wat kun je zelf doen?



Je bent zelf ook heel belangrijk voor je behandeling.

Dit kun je doen:

- herken je klachten op tijd
- neem je medicijnen op tijd in
- geef je grenzen aan
- stel je vragen aan de praktijk-ondersteuner

## Wat kost de behandeling?



Je zorgverzekering betaalt:

- afspraken met de huisarts
- afspraken met praktijk-ondersteuner
- afspraken met de diëtist
- een deel van de afspraken met de fysio-therapeut



Jij betaalt soms zelf:

- een deel van de medicijnen
- een deel van de afspraken met de fysio-therapeut

Wil je weten wat je zelf moet betalen? Neem contact op met je zorgverzekeraar.

## Akkoord met gegevens delen



De huisarts, praktijk-ondersteuner, apotheker, diëtist en fysio-therapeut werken samen aan je behandeling.

Daarom moeten ze jouw gegevens met elkaar delen.

Als je instemt met je behandeling, dan geeft je hiervoor toestemming.

Ze gaan vertrouwelijk met je gegevens om.

Ze delen jouw gegevens niet met anderen.

Dit schrijft de huisarts op in het plan voor je behandeling.

## Vragen?



Heb je nog vragen na het lezen van deze folder?

Neem dan contact op met de praktijk-ondersteuner.

Je kunt ook meer informatie vinden op de website [www.thuisarts.nl/hartfalen](http://www.thuisarts.nl/hartfalen).