

Hartfalen

Decompensatio cordis

Door een verminderde pompfunctie van uw hart bent u op dit moment onder behandeling van de cardioloog. Deze folder geeft u uitleg over de aard en de oorzaak van uw klachten. Verder krijgt u informatie over de behandeling door de cardioloog en over wat u zelf kunt doen om uw conditie zo goed mogelijk te houden.

Het hart

Een gezond hart is een sterke pomp, die in rust per minuut zo'n vier tot vijf liter bloed rondpompt. Het bloed brengt via de aders en slagaders voedingsstoffen en zuurstof naar organen en spieren en voert afvalstoffen af naar de nieren en de lever.

Het hart is opgebouwd uit twee helften: een rechterhelft en een linkerhelft. Iedere helft bestaat uit een boezem en een kamer.

Een hartklep verbindt de rechterboezem met de rechterkamer, een andere hartklep bevindt zich tussen linkerboezem en linkerkamer. Uit de beide hartkamers komen de grote slagaders. Ook op de scheiding tussen kamers en slagaders bevindt zich een hartklep. In totaal heeft het hart dus vier kleppen die er voor zorgen dat het bloed in de goede richting wordt gepompt en niet kan terugstromen.

Het bloed dat vanuit het lichaam in het rechterdeel van het hart komt, is zuurstofarm en bevat veel koolzuur. Het bloed gaat via de rechterboezem naar de rechterkamer.

Vanuit de rechterkamer loopt een slagader naar de longen, de longslagader.

Het zuurstofrijke bloed komt via de linkerboezem in de linkerkamer. Vanuit de linkerkamer gaat een slagader naar de rest van het lichaam. Deze slagader wordt grote lichaamsslagader of aorta genoemd. Het hart pompt het bloed door het lichaam waar het alle organen en weefsels, zoals spieren en huid, van zuurstof en voedingsstoffen voorziet.

Het hart zelf wordt van zuurstof en voedingsstoffen voorzien door de zogenaamde kransslagaders die als een krans om het hart liggen.

Hartfalen

Hartfalen, ook wel 'decompensatio cordis' genoemd, betekent dat de pompfunctie van het hart is verminderd. Het gevolg is dat het zuurstofrijke bloed minder goed door het lichaam kan worden gepompt.

Dit kan leiden tot een overvulling van de bloedvaten van de longen. Een gevolg hiervan is dat bloedplasma (bloedvloeistof) uit de kleine bloedvaten van de longen gaat lekken.

Er ontstaat dan vochtophoping in de longen. Dit kan kortademigheid veroorzaken. Er wordt vaak gesproken van 'vocht achter de longen'.

Ook kan er vochtophoping in de enkels of benen voorkomen. Soms hoort het vocht zich op in de buikholte. Hierdoor ontstaat een vol gevoel in de buik en kunnen uw kleren strakker gaan zitten.

Omdat uw hart minder goed pompt, wordt uw lichaam niet voldoende van zuurstofrijk bloed voorzien. Lopen, boodschappen doen of bijvoorbeeld traplopen kan hierdoor moeilijker worden.

U zult merken dat u sneller moe bent bij inspanning. Uw huid kan klam en koud aanvoelen en het is mogelijk dat u minder moet plassen.

Oorzaken van hartfalen

Hartfalen kan verschillende oorzaken hebben.

Hieronder staan de belangrijkste oorzaken van hartfalen op een rijtje. De cardioloog vertelt u wat voor u de specifieke oorzaak van hartfalen is. Dit kan ook een combinatie van oorzaken zijn.

Afwijkingen aan de kransslagaders

Wanneer de pompkracht van het hart is verminderd, komt dit vaak door ernstige afwijkingen aan de kransslagaders of doordat iemand (ooit) een hartinfarct heeft gehad.

Bij een hartinfarct sterft er als het ware een stukje hartspier af. Op die plek ontstaat later een soort litteken. Littekens zijn altijd stugger dan spierweefsel. Hierdoor is de pompkracht in het gebied van het hartinfarct verminderd.

Hoge bloeddruk

Langdurige hoge bloeddruk kan hartfalen tot gevolg hebben. Wanneer het hart langere tijd tegen een hoge bloeddruk in moet pompen, kan de hartspier slapper worden en steeds meer kracht gaat verliezen.

Hartkleppen die niet goed functioneren

Een andere reden voor het afnemen van de pompkracht van het hart kan is dat de kleppen in uw hart niet meer goed functioneren.

Een of meerdere kleppen kunnen vernauwd zijn of niet goed sluiten. Een hartinfarct of slijtage kan er de oorzaak van zijn dat een hartklep niet meer goed sluit. Dit niet goed functioneren van één of meerdere kleppen betekent dat het hart extra kracht moet gebruiken om het bloed door de kleppen te laten stromen. Op den duur kan dit betekenen dat het hart overbelast raakt en minder krachtig gaat pompen.

Een onregelmatig hartritme: boezemfibrilleren

Normaal gesproken ontstaat in de boezem van het hart ongeveer zeventig keer per minuut een prikkel, die het hart doet samenknijpen.

Bij boezemfibrilleren zit er geen enkele regelmaat in de snelheid waarmee de boezems prikkels afgeven. Hierdoor knijpen de kamers onregelmatig en minder effectief samen. Dit onregelmatig samenknijpen (ook wel fibrilleren genoemd) is de oorzaak van de verminderde pompkracht van het hart. Andersom is het ook zo, dat vochtophoping in de longen de oorzaak kan zijn van een onregelmatig hartritme.

Ziekte van de hartspier

Tenslotte kan hartfalen ook optreden als gevolg van een ziekte van de hartspier zelf. Dit noemt men 'cardiomyopathie'.

Bij deze ziekte kan de wand van het hart verdikt of verslapt zijn, waardoor uiteindelijk de pompkracht vermindert.

De behandeling

De behandeling die de arts u voorschrijft heeft tot doel de pompkracht van het hart te verbeteren en de belasting van het hart te verminderen.

De behandeling is afhankelijk van de ernst van de klachten. Wij maken hierbij vaak onderscheid tussen chronisch en acuut hartfalen.

Chronisch hartfalen is hartfalen als gevolg van een in het verleden doorgemaakt hartinfarct of al langer bestaande cardiomyopathie, klepaandoening, etcetera.

De acute (plotseling optredende) vorm van hartfalen ontstaat als direct gevolg van een hartinfarct, klepaandoening of plotselinge verergering van chronisch hartfalen.

Als ernstigste vorm kennen wij de 'astma cardiale' en de 'cardiogene shock'.

Bij acuut hartfalen volgt onmiddellijk een behandeling in een ziekenhuis.

Afhankelijk van de ernst van uw klachten kan uw arts de volgende behandelingen voorschrijven.

Rust

Wanneer u met hartfalen in het ziekenhuis bent opgenomen zult u in het begin veel behoefte hebben aan (bed)rust, al of niet door de arts voorgeschreven. Uw hart hoeft dan zo min mogelijk inspanning te leveren. Zo spoedig mogelijk zult u weer wat activiteiten mogen ondernemen.

Afhankelijk van de ernst van uw klachten zult u uw leeftempo moeten aanpassen.

Medicijnen

Het gebruik van medicijnen is erg belangrijk bij de behandeling van hartfalen.

Een van de bekendste soorten medicijnen zijn de 'plastabletten'. Deze zorgen ervoor dat het lichaam het overtollig vocht kan afvoeren. Bekende plastabletten zijn onder andere Lasix (= furosemide) en Burinex.

Verder zijn er veel medicijnen die er voor kunnen zorgen dat het hart het bloed makkelijker weg kan pompen.

Dieet

Om te voorkomen dat het lichaam te veel vocht vasthoudt, wordt vaak een natrium- of zoutbeperkt dieet voorgeschreven.

Natrium is een bestanddeel van keukenzout. Zeezout, selderiezout en dergelijke bevatten net zoveel natrium als keukenzout.

Voor een patiënt met hartfalen is het belangrijk matig te zijn met zoutgebruik, omdat zout vocht in het lichaam vasthoudt.

Een diëtiste kan u uitleg en begeleiding geven.

Vochtbeperking

Wanneer u veel last hebt van het vasthouden van vocht, kan het zijn dat de cardioloog u naast een zoutbeperking ook een beperking van vochtinname voorschrijft.

Het is in dat geval aan te raden een goede verdeling van de vochtinname over de dag te maken.

Zo voorkomt u dat u 's avonds niets meer mag drinken. Ook kunt u kleine glazen en kopjes gebruiken. Wanneer u last heeft van een droge mond kunt u kauwgom, een snoepje of een ijsblokje in de mond nemen. Bij erg warm weer en overmatig transpireren moet u uitkijken voor uitdroging en eventueel één of twee glazen water extra drinken op een dag.

Wat kunt u thuis zelf doen?

Actief blijven

Het is goed de activiteiten die u lichamelijk aankunt, weer op te pakken. Hierbij is het belangrijk dat u beweging afwisselt met voldoende rust. De fysiotherapeut, arts of verpleegkundige kan hierover adviezen geven.

Let op uw gewicht

Als uw gewicht in enkele dagen tijd méér dan twee kilo toeneemt, kan dit betekenen dat uw lichaam vocht gaat vasthouden. In dat geval kunt u het beste contact opnemen met uw huisarts.

Deze kan proberen in een vroeg stadium te voorkomen dat uw klachten verergeren. U kunt ook de hartfalenverpleegkundige van het ziekenhuis bellen. Het telefoonnummer staat vermeld op de achterzijde van de folder.

De hartfalenverpleegkundige overlegt met de cardioloog en belt u terug voor eventuele aanpassingen van de medicijnen of andere instructies.

Let op andere tekenen van vocht vasthouden

Naast snelle gewichtstoename zijn er ook andere tekenen die er op kunnen wijzen dat uw lichaam meer vocht gaat vasthouden. Het is belangrijk dat u hier thuis goed op let.

De belangrijkste tekenen van vocht vasthouden zijn:

- toename van kortademigheid
- niet meer goed plat in bed kunnen liggen
- opgezette enkels
- prikkelhoest
- minder plassen, donkere urine
- een vol gevoel in de buik, kleren die strakker gaan zitten

Wanneer u een of meerdere van deze klachten heeft, is het belangrijk contact op te nemen met uw huisarts, cardioloog of hartfalenverpleegkundige.

**Zuyderland Medisch Centrum
Cardiologie locatie Sittard-Geleen**

Bereikbaarheid polikliniek Cardiologie

| | |
|-------------------|----------------|
| Meldpunt West 05 | 088 – 459 9701 |
| Zorgplanner | 088 – 459 1940 |
| Pacemakertechnici | 088 - 459 9701 |

Dagverpleging

| | |
|------------------|----------------|
| Meldpunt Oost 31 | 088 – 459 3800 |
|------------------|----------------|

Op werkdagen van 7.30 - 20.00 uur

Eerste Hart Hulp (EHH)

| | |
|------------------|----------------|
| Meldpunt West 34 | 088 – 459 3600 |
|------------------|----------------|

Verpleegafdelingen Cardiologie

| | |
|------------------|----------------|
| Meldpunt West 34 | 088 – 459 3602 |
| Meldpunt West 42 | 088 – 459 4700 |

Medische beeldvorming

| | |
|------------------|----------------|
| Meldpunt West 12 | 088 – 459 7747 |
|------------------|----------------|

Internet

www.zuyderland.nl/cardiologie