

Patiëntenvoorlichting

Nazorg pacemaker

Instructies voor thuis

U heeft in Noordwest Ziekenhuisgroep een pacemaker gekregen. In deze folder vindt u uitleg over leefregels en instructies voor de verzorging van uw wond. Ook vindt u in deze folder wie u van locatie Alkmaar moet waarschuwen bij klachten.

Leefregels

Beweeg uw arm niet boven schouderhoogte

U mag uw arm aan de kant waar de pacemaker is ingebracht gedurende 6 weken niet boven schouderhoogte bewegen. Op die manier kunnen de elektroden goed in de hartwand vastgroeien. Verder is het belangrijk dat u uw arm normaal gebruikt. Zo voorkomt u dat uw arm vast gaat zitten (frozen shoulder).

Vermijd krachtsinspanning

Om ervoor te zorgen dat de elektroden goed in de hartwand vastgroeien, moet u de eerste 6 weken extra voorzichtig zijn met activiteiten waar u kracht voor moet zetten. Denkt u aan tillen, rekken, strekken en druk op uw arm. U kunt daarom de eerste 4 weken beter ook niet fietsen. Als de elektroden eenmaal goed vast zitten, mag u uw arm en schouder weer gewoon gebruiken en bewegen.

Vermijd (contact)sporten waarbij u uw arm veel beweegt

We adviseren u om ook na uw herstel geen contactsporten zoals judo, boksen en/of rugby te beoefenen. Ook sporten waarbij u uw arm veel beweegt zoals tennis, gewichtheffen of kanoën kunt u beter niet iedere dag doen. Dit is belangrijk om slijtage van de elektroden te voorkomen.

Reizen

We adviseren u om tijdens de ingroefase (4 tot 6 weken) van de elektroden in het hart geen buitenlandse reizen te maken.

Autorijden: na 10 dagen

Heeft u een rijbewijs A, B en/of B+E? Dan mag u 10 dagen na de ingreep weer autorijden.

U bent wettelijk niet verplicht om bij het Centraal Bureau voor Rijvaardigheid (CBR) te melden dat u een pacemaker heeft. Wilt u het CBR toch op de hoogte stellen, dan kunt u dit laten weten door een zogenaamde 'vrijwillige melding':

- u heeft dan een 'Eigen verklaring' nodig. Deze kunt u kopen bij het gemeentehuis of downloaden via www.mijn.cbr.nl

- u vult deze 'Eigen verklaring' in, bij vraag 5 antwoordt u met 'ja'
- u laat de 'Eigen verklaring' ondertekenen door de huisarts of cardioloog nadat hij een aantekening heeft geplaatst waaruit de aard en ernst van de aandoening blijkt

U stuurt deze verklaring op naar het CBR waar u als pacemakerdrager wordt geregistreerd. De geldigheidsduur van het rijbewijs is maximaal 10 jaar.

Beroepschauffeur

Heeft u een rijbewijs C, C+E en/of D+E in verband met uw beroep als chauffeur van een vrachtwagen of bus? Dan moet een onafhankelijk medisch specialist eerst een rapport opstellen. Deze specialist wordt door het CBR aangewezen. Ook heeft u een geneeskundige verklaring nodig van uw cardioloog.

Uw mobiel

U kunt uw mobiele telefoon gewoon gebruiken. Maar om storing van uw pacemaker te voorkomen, mag u de telefoon niet te dicht bij uw pacemaker houden. Houd minimaal 15 cm afstand. Gebruik en draag uw mobiele telefoon daarom alleen aan de niet-geïmplanteerde zijde.

Huishoudelijke apparatuur

U kunt de meeste huishoudelijke apparatuur gewoon gebruiken, zoals elektrische ovens en magnetrons.

Elektrische apparaten

Wees voorzichtig met sterke elektrische apparaten in ziekenhuizen zoals een MRI-scan of Ultra Korte Golf-apparatuur (meestal staat er een waarschuwing op de deur). Alleen als u een speciaal ontworpen pacemaker heeft, kunt u nog een MRI-scan ondergaan. Heeft u die niet? Dan moet er eerst overleg met de cardioloog zijn.

Vertel alle zorgverleners altijd dat u een pacemaker draagt

Komt u voor een onderzoek of behandeling in het ziekenhuis? Vertel dan altijd dat u een pacemaker draagt. Geef dit ook altijd door aan andere zorgverleners zoals uw fysiotherapeut, tandarts, schoonheidsspecialist, enzovoort.

Verzorging van de wond

Huid-lijm

Als de wond gelijmd en droog is, dan mag u de volgende dag gewoon douchen. Er hoeft geen pleister meer op. Baden en zwemmen wordt de eerste 7 dagen afgeraden omdat de lijm dan kan los weken. Gebruik geen zalf of spray omdat dit de lijm oplost. Na 5 tot 10 dagen valt de huid-lijm er vanzelf af.

Draadhechtingen

Als de wond gehecht is, krijgt u bij uw ontslag grote pleisters mee voor het verbinden van de wond. Verbind de wond met een pleister. Zodra de wond na ongeveer 3 dagen goed genezen en droog is, is een pleister niet meer nodig en mag u ook douchen zonder pleister. Is de wond nog niet droog, dan kunt u wel douchen maar dan moet u de wond goed afplakken.

Controleafspraak

U heeft 10 dagen na uw ontslag een controleafspraak op de pacemakerpolikliniek. U krijgt daarvoor een afspraak mee. De hechtingen worden dan eventueel verwijderd, de wond wordt bekeken en uw pacemaker wordt nogmaals gecontroleerd.

Wanneer waarschuwt u het ziekenhuis?

Hieronder staat in welke situaties en bij welke klachten u contact moet opnemen met Noordwest Ziekenhuisgroep, locatie Alkmaar. Op werkdagen kunt u contact opnemen met de pacemakerpolikliniek. Buiten kantooruren of in het weekend kunt u voor dringende gevallen contact opnemen met de eerste hart-long hulp (EHLH) van Noordwest Ziekenhuisgroep.

Klachten

Neem bij (een van) de volgende klachten contact op met het ziekenhuis:

- bij roodheid van de wond
- als de wond abnormaal dik wordt
- bij een nabloeding
- bij geel beslag op de wond
- bij koorts van méér dan 38,5 °C vlak na de operatie

Belangrijke telefoonnummers Noordwest Ziekenhuisgroep, locatie Alkmaar:

- ICD-polikliniek: 072 – 548 2714
- hart-long polikliniek: 072 – 548 2700
- eerste hart-long hulp (EHLH): 072 – 548 4321
- algemeen alarmnummer: 112

Uw vragen

Met vragen of voor meer informatie kunt u contact opnemen met de pacemakerpolikliniek van Noordwest Ziekenhuisgroep. Dat kan op werkdagen van 8.30 tot 17.00 uur via telefoonnummer 072 – 548 2714.

Meer informatie vindt u ook op www.hartstichting.nl