

# Nazorg ICD

## Instructies voor thuis

U heeft in Noordwest Ziekenhuisgroep een ICD 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 en als uw ICD is afgegaan.

### Leefregels

#### Beweeg uw arm niet boven schouderhoogte

U mag uw arm aan de kant waar de ICD is ingebracht gedurende 4 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 meer te beoefenen. Denkt u aan judo, boksen, rugby of gewichtheffen. Ook sporten waarbij u uw arm veel beweegt zoals bij tennis en kanoën, kunt u beter niet te vaak doen. Dit is belangrijk om slijtage van de elektroden te voorkomen.

### Reizen

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

### Autorijden: een aangepast rijbewijs

Om weer te mogen autorijden heeft u een aangepast rijbewijs nodig. Dit rijbewijs past bij uw nieuwe gezondheidssituatie. Voor het aanvragen van een aangepast rijbewijs is een schriftelijke verklaring van uw cardioloog vereist. Hiervoor heeft u het code 100 formulier nodig. Dit formulier kunt u 14 dagen na de implantatie van de ICD bij uw cardioloog aanvragen, mits u niet bent gereanimeerd. Heeft u na een reanimatie een ICD gekregen? Dan kunt u het code 100 formulier 2 maanden na de implantatie aanvragen.

## **De procedure in het kort**

U vraagt de code 100 formulier aan bij uw cardioloog, het makkelijkst gaat dit via de ICD technicus van het ziekenhuis, locatie Alkmaar.

U vult uw eigen gezondheidsverklaring in, deze kunt u vinden op [www.mijn.cbr.nl](http://www.mijn.cbr.nl) en downloaden (tegen betaling). Beide formulieren stuurt u op naar het CBR, divisie rijgeschiktheid, afdeling medisch.

## **Loopt uw rijbewijs af?**

- als uw huidige rijbewijs afloopt op of na de dag dat u 75 jaar wordt, dan heeft u voor het rijbewijs A, B en BE een keuringsrapport nodig van een huisarts
- bent u nog geen 75 jaar op de datum dat uw huidige rijbewijs verloopt, dan wordt uw rijbewijs nog verlengd zonder dat u extra gekeurd hoeft te worden

## **Beroepsmatig**

Voor beperkt beroepsmatig gebruik heeft u een rijbewijs met code 101 nodig. Vraag uw ICD technicus/verpleegkundige ernaar.

## **ICD vervangen**

Als alleen uw ICD vervangen is, dan heeft dit geen gevolgen voor uw rijbewijs. U mag na 10 dagen weer autorijden.

Voor de overige rijbewijzen krijgt u geen toestemming meer. Uitgebreide informatie over rijbewijzen kunt u vinden op [www.stin.nl](http://www.stin.nl) of in de folder 'ICD, Wat moet u hierover weten'.

## **Autorijden en ICD schok**

Houdt u er rekening mee dat er opnieuw een rijverbod van 2 maanden geldt, als de ICD een schok heeft afgegeven. Het aanvragen van een nieuw rijbewijs is niet nodig.

## **Uw mobiel**

U kunt uw mobiele telefoon gewoon gebruiken. Maar om storing van uw ICD te voorkomen, mag u de telefoon niet te dicht bij uw ICD 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, magnetrons etc. Dit geldt ook voor inductiekookplaten en –ovens. Buig er alleen niet overheen en ga er niet tegenaan staan. Twijfelt u over het wel/niet gebruiken van een elektrisch apparaat? Neem dan contact op met de pacemakerpoli.

## **Elektrisch gereedschap**

Wees voorzichtig met elektrisch gereedschap: houd het op ongeveer 30 cm afstand van uw ICD.

## **Vertel alle zorgverleners altijd dat u een ICD draagt**

Komt u voor een onderzoek of behandeling in het ziekenhuis? Vertel dan altijd dat u een ICD 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 losweken. Gebruikt geen zalf of spray omdat dit de lijm oplost. Na 5 tot 10 dagen valt de huid-lijm er vanzelf af.

U heeft 10 dagen na uw ontslag een controleafspraak op de ICD polikliniek.

### **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 ICD-polikliniek. U krijgt daarvoor een afspraak mee. De hechtingen worden dan eventueel verwijderd, de wond wordt bekeken en uw ICD 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 ICD-polikliniek. 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

### **ICD**

Het is belangrijk dat u het ziekenhuis waarschuwt als:

- de ICD een schok heeft afgegeven
- u een ernstige ritmestoornis bemerkt of als u buiten bewustzijn bent geraakt
- de ICD pieptonen geeft

## Medicijnen

Neem contact op met uw cardioloog als u uw medicijnen niet meer goed verdraagt en uw huisarts u andere medicijnen wil voorschrijven.

## Krijgt u een onderzoek of behandeling?

Neem contact op met uw cardioloog en/of de ICD-polikliniek als u een van de volgende onderzoeken en/of behandelingen moet ondergaan:

- Ultra Korte Golf (UKG)-behandeling
- bestraling
- MRI-scan; de cardioloog bepaalt in overleg of een MRI-scan mogelijk is
- een grote medische ingreep of een ingreep onder algehele narcose

Uw ICD moet in dit geval waarschijnlijk tijdelijk uitgeschakeld worden.

## 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 ICD-polikliniek van Noordwest Ziekenhuisgroep, locatie Alkmaar. Dat kan op werkdagen van 8:00 tot 17:30 uur via telefoonnummer 072 – 548 2714.

Meer informatie over implantatie van een ICD vindt u in onze folder 'ICD, wat u hierover moet weten'. U vindt deze folder op [www.nwz.nl](http://www.nwz.nl) bij de patiëntenfolders.

U kunt ook terecht op [www.hartstichting.nl](http://www.hartstichting.nl).