

***Hartfalen heb je niet alleen !?***

- in Nederland  $\pm 200.000 - 250.000$
- westerse wereld  $\pm 2\%$
- VS  $\pm 12.000.000$

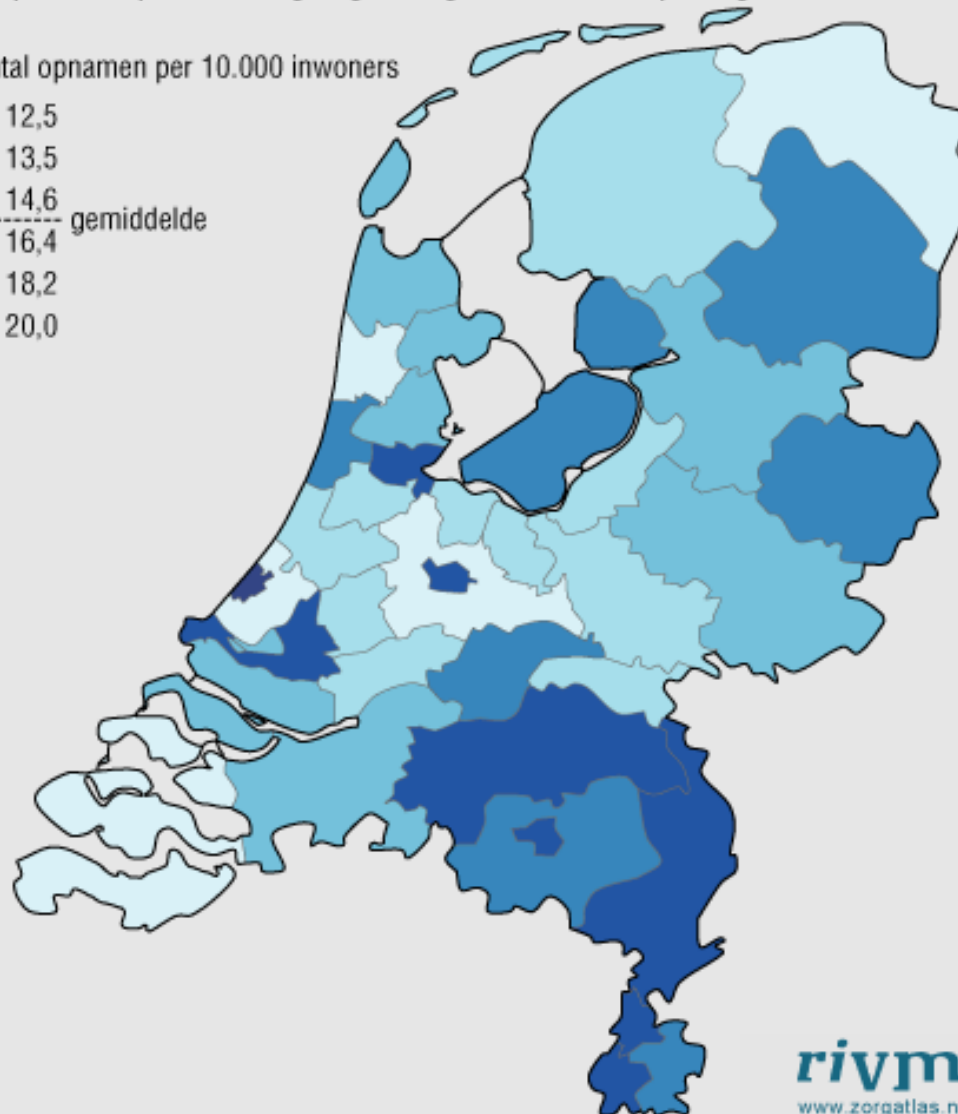
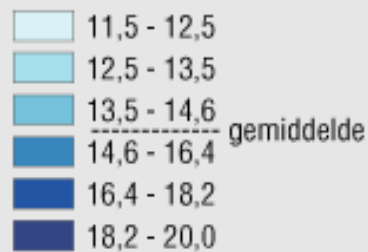
# Toekomstverwachting

- slechte prognose afhankelijk van comorbiditeit
- vergrijzing
- vanaf 2010: elke 50+ heeft 30% kans op krijgen hartfalen
- elke huisarts 12-18 nieuwe patiënten per jaar
- gemiddeld 30% kans overlijden binnen 5 jaar

# Hartfalen 2001-2004

ziekenhuisopnamen, per GGD-regio, gecorrigeerd voor leeftijd en geslacht

Jaarlijks aantal opnamen per 10.000 inwoners



Bron: Prismant

**rivm**  
www.zorgatlas.nl

# Opnamen in ziekenhuis

- afgelopen 20 jaar stijging opname in ziekenhuis 72%
- Rijnland Ziekenhuis jaarlijks 250 opnamen, 225 nieuwe patiënten per jaar

# Hartfalen heb je niet alleen

- (eventuele) partner
- kinderen / kleinkinderen
- vrienden / kennissen
- omgeving
- sociale wetgeving
- bedrijfsarts
- werkgever

# Hartfalen heb je niet alleen

- sociaal isolement
- vochtbeperking
- zoutbeperking
- veel medicijnen
- leefregels
- onbegrip

# Hartfalen heb je niet alleen

- acceptatie
- afhankelijk(er) van anderen
- beperkte inspanning
- angst voor herhaling
- veel onzekerheden mbt toekomst



# Doelstellingen hartfalen poli Rijnland Ziekenhuis

- kwaliteit van leven optimaliseren
- vermindering heropname
- laagdrempeligheid
- telefonisch spreekuur
- tussenpersoon patiënt en arts
- ondersteuning andere problemen

***Proberen leven aan de dagen toe  
te voegen !***

# Leefregels en -adviezen

- zout beperking
- vochtbeperking
- balans rust / inspanning
- gewichtcontrole
- medicatietrouw

# zoutbeperking

- 2000 mgr natrium
- geen toegevoegd zout
- zout vlees / haring
- soep



# zoutbeperking

• aardappelen	10 mg	beschuit	50 mg
• ontbijtkoek	50 mg	plak kaas	200 mg
• ei	75 mg	melk	100 mg
• krentenbrood	100 mg	snee brood	200 mg
• zoute haring	800 mg	rookworst	150 mg
• zuurkool	500 mg	soep	225 mg
• frikandel	800 mg	softijs	300 mg
• hachee	200 mg	'chinees'	400 mg

# zoutbeperking

- koekje 50 mg 15 mosselen 230 mg
- bitterbal 150 mg 30 garnalen 500 mg
- worstenbroodje 350 mg toastje zalm 300 mg
- banketstaaf 50 mg cup a soup 360 mg
- toastje camembert 100 mg
- lepel barbecuesaus 210 mg
- reep melkchocolade 50 mg
- krentenbrood **met** spijs 50 mg
- krentenbrood **zonder** spijs 100 mg

# vochtbeperking

- tips:
- ijsblokjes
- zacht fruit invriezen
- kleinere kopjes
- warme i.p.v koude dranken



# wegen

- liefst dagelijks wegen, op hetzelfde tijdstip
- eerst uitplassen
- bij 1 kg/dag of 2 kg/ 3dagen: bellen; waarschijnlijk vochtophoping





**Rijnland**  telefonisch spreekuur  
ziekenhuis polikliniek cardiologie

---

locatie Leiderdorp  
tel. 071 - 582 80 43

G.V.J. Cleuren  
hartfalen verpleegkundige  
071 - 582 84 85

A.H.M. van Haarlem  
hartfalen verpleegkundige  
071 - 582 84 82

telefonisch spreekuur: 10.00 - 11.30 uur

u wordt verzocht te vragen naar:  
verpleegkundige hartfalen

# ***Hartfalen heb je niet alleen??***

Nee, het is een waarheid als een .....

