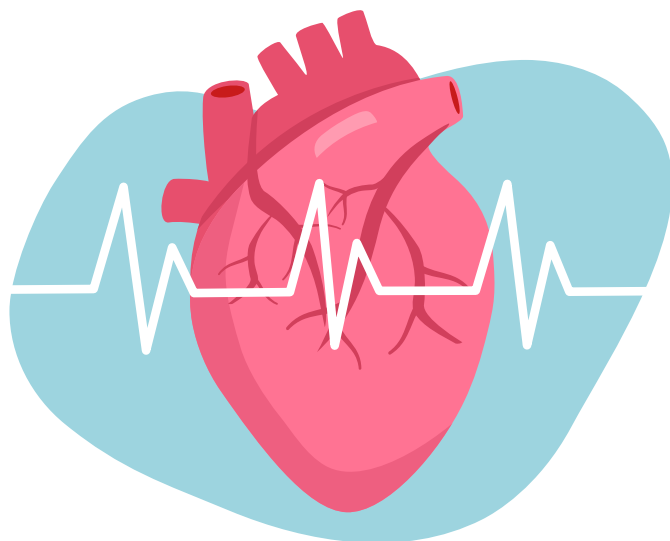




CHU Saint-Pierre
UMC Sint-Pieter

KLINIEK VOOR HARTFALEN



We helpen je met deze ziekte te leven,
je behandeling beter te begrijpen en
ziekenhuisopnames te voorkomen.



Hartfalen is een chronische aandoening waarbij het hart het bloed niet meer zo efficiënt pompt als het zou moeten. Dit kan leiden tot **vermoeidheid, kortademigheid, oedeem, snelle gewichtstoename, enz.**



Wat zijn de symptomen?

Hartfalen kan verschillende symptomen veroorzaken, waarvan je sommige in het begin niet merkt. Leer ze herkennen:



Kortademigheid bij inspanning, daarna soms ook in rust



Ongewone vermoeidheid, zelfs na rusten



Snelle gewichtstoename (meer dan 2 kg in een paar dagen)



Zwelling van de benen, enkels of buik (oedeem)



Kortademigheid 's nachts en moeite om liggend te slapen



Hartkloppingen, duizeligheid of een gevoel van zwakte

⚠ Deze tekenen kunnen erop wijzen dat je hart moeite heeft om goed te functioneren.



Wat is de kliniek voor hartfalen?

ONZE ROL

We helpen je met deze ziekte te leven, je behandeling beter te begrijpen en ziekenhuisopnames te voorkomen.

EEN TEAM MET EEN LUISTEREND OOR

- Vier **gespecialiseerde artsen** om je hart nauwlettend in de gaten te houden
- Een **vaste verpleegkundige** om je vragen te beantwoorden en je te begeleiden
- Een **uitgebreide, persoonlijke behandeling**, aangepast aan jouw situatie

WAT WE DOEN

- Je **behandeling** herzien en aanpassen indien nodig
- Je **gewicht, bloeddruk** en symptomen controleren
- Je helpen **de alarmsignalen** te herkennen
- Je leren hoe je dagelijks **met** je ziekte **omgaat**
- We communiceren met je huisarts





Welk advies moet je opvolgen om beter te leven met hartfalen?

De juiste levensstijl aannemen is essentieel als je je beter wilt voelen en complicaties wilt voorkomen:



EET MINDER ZOUT

Zout bevordert het vasthouden van water. Kies voor verse voedingsmiddelen, vermijd kant-en-klaarmaaltijden en lees de etiketten zorgvuldig.



BEPERK DE HOEEVEELHEID VLOEISTOFFEN

Afhankelijk van de aanbevelingen van je arts kan de hoeveelheid vloeistoffen (water, soep, koffie, thee, enz.) beperkt worden tot $\pm 1,5$ liter per dag.



BEWEEG REGELMATIG

Een juiste fysieke activiteit (wandelen, fietsen, enz.) is goed voor je hart. Vraag advies voordat je begint.



VERMIJD ALCOHOLISCHE DRANKEN

Alcohol verergert hartfalen. Indien nodig kunnen we je doorverwijzen voor hulp bij de ontwenning.



LET OP JE GEWICHT

Vergewicht, met name gekoppeld aan een overconsumptie van bewerkte voedingsmiddelen en suiker, speelt een belangrijke rol bij de ontwikkeling van hartfalen.



Jezelf opvolgen: wat moet je dagelijks doen?

Je gezondheid in eigen handen nemen betekent ook weten hoe je je lichaam in de gaten moet houden:

- **Weeg jezelf elke dag**, op hetzelfde tijdstip, op dezelfde weegschaal, na het toiletbezoek en voor het ontbijt
- **Noteer** je gewicht, bloeddruk, hartslag en symptomen (kortademigheid, vermoeidheid, enz.)
- **Houd een controledagboek bij** om ons te helpen je behandeling beter op je af te stemmen

i **Neem contact met ons op bij belangrijke wijzigingen of twijfels.**



Alarmsignalen: wanneer moet je een arts raadplegen?

Om een verergering van de aandoening te voorkomen, moet je bij de eerste tekenen actie ondernemen. Neem zo snel mogelijk contact op met je arts of ons team bij de volgende symptomen:

- **Snelle gewichtstoename** (meer dan 2 kg in 2 tot 3 dagen)
- **Overmatige vermoeidheid** of **toegenomen kortademigheid**
- **Gezwellen benen** of **enkels**
- **Een nachtelijke hoest** of ademhalingsmoeilijkheden bij het liggen
- **Verlies van eetlust**, misselijkheid of een opgezette buik

Bewaking op afstand: thuisopvolging voor meer veiligheid



Na een ziekenhuisopname voor hartfalen kan een oplossing voor bewaking op afstand worden aangeboden.

Met dit apparaat kan je gezondheidstoestand **regelmatig worden opgevolgd** terwijl je thuis blijft. Dankzij de dagelijkse overdracht van je parameters (gewicht, bloeddruk, hartslag, enz.) kan ons team snel **tekenen van verergering** van de ziekte detecteren.

Dit maakt het mogelijk om **de zorg eerder aan te passen**, ziekenhuisopname te voorkomen en beter te leven met hartfalen. Deze monitoring op afstand versterkt de band met je zorgteam, terwijl je in je vertrouwde omgeving kunt blijven.

CONTACT

Tussen de afspraken door kun je steeds bij ons terecht als je je zorgen maakt of als het nodig is (regelmatige of eenmalige follow-up).

CONSULTATIE CARDIOLOGIE VAN HET UMC SINT-PIETER

📍 Wolstraat 105, 1000 Brussel

📞 02/535.33.50

✉️ heartfailure@stpierre-bru.be

PRAKTISCHE LINKS



HEART FAILURE
MATTERS



BELGIAN WORKING
GROUP ON HEART FAILURE



CHU Saint-Pierre
UMC Sint-Pieter

Campus Hallepoort

Hoogstraat 322, 1000 Brussel

+32 (0)2 535 31 11

www.stpierre-bru.be