WEER THUIS:
LEEFREGELS

		
	**Hartfalen**	
		

Algemene leefregels na ontslag: Hartfalen

- Drink niet meer dan 1,5 liter vocht per dag (inclusief vla, pap en soep).
    - Bij een temperatuur van meer dan 25 graden: 2 liter vocht.
    - Bij een temperatuur van meer dan 30 graden: 2,5 liter vocht.
- Wanneer u diarree heeft, stop dan (tijdelijk) met diuretica (plaspillen) en neem contact op met de hartfalenverpleegkundige.
- Eet natrium- en zoutarm.
- Vermijd kant-en-klaar producten (bevatten teveel toegevoegd zout).
- Weeg uzelf dagelijks, rondom hetzelfde tijdstip, op dezelfde weegschaal.
- Noteer uw gewicht in het dagboek Hartfalen.
- Neem uw dagboek Hartfalen altijd mee naar de hartfalenverpleegkundige.
- Trek dagelijks uw steunkousen aan (indien u die draagt).
- Beweeg voldoende.
- U mag werken na het eerste bezoek aan de hartfalenpolikliniek.
- Seksueel contact mag als u 2 trappen op kunt lopen zonder benauwd te worden.
- Luister naar uw eigen lichaam.

Polikliniek afspraken

- Na 2 weken bij de hartfalenpolikliniek met nierfunctie controle.
- Na 6 weken bij de cardioloog.

Neem contact op met de hartfalenverpleegkundige of huisarts als

- ✓ u meer dan 2 kilo in 2 of 3 dagen aankomt.
- ✓ u gedurende langere tijd aankomt.
- ✓ uw benauwdheidsklachten toenemen.
- ✓ uw voeten, benen en/of buik dikker worden.
- ✓ u een verminderde eetlust krijgt.
- ✓ vermoeidheidsklachten optreden.

Verder nog van belang

Ontdek Mijn IJsselland

De toegang tot uw eigen gegevens, dossier, afspraken en vragenlijsten **mijn-ijsselland**

Bekijk onze korte animatie **Bekijk uw gegevens in Mijn IJsselland**