WEER THUIS:
LEEFREGELS

		
	**Hartklep chirurgie**	
		

Algemene leefregels na ontslag: Hartklepchirurgie

- U mag douchen maar 6 weken niet in bad, zwemmen of naar de sauna.
- U mag 6 weken alleen op uw rug slapen.
- U mag 6 weken het bovenlichaam symmetrisch belasten.
- U mag 6 weken niet zwaar tillen of zwaar werk uitvoeren.
- U mag 6 weken niet fietsen (op een hometrainer mag wel).
- U mag 6 weken niet autorijden, daarna 1e keer onder begeleiding.
- (Vlieg)vakantie altijd in overleg met uw cardioloog.
- U mag 6 weken niet werken, re-integreren in overleg met uw cardioloog of bedrijfsarts.
- Bouw langzaam lichamelijke activiteiten op, start met wandelen.
- Seksueel contact mag als u 2 trappen op kunt lopen zonder benauwd te worden.
- Stop met roken.
- Eet gezond.
- Beweeg voldoende.
- Luister naar uw eigen lichaam. Het herstel kan een half jaar tot een jaar duren.
- Neem altijd uw medicatie in zoals voorgeschreven.

Polikliniek afspraken

- 10 dagen na de operatie: hechtingen laten verwijderen bij uw huisarts.
- Binnen 2 weken op de Post Infarct Poli (PIP).
- Na 2 weken wordt u opgeroepen bij Capri.
- Na 6 weken een fietsproef (alleen als u naar Capri gaat).
- Na 6 weken bezoek cardioloog.

Telefoonnummers bij klachten

- Op werkdagen tijdens kantooruren: poli Cardiologie (010) 258 5905.
- Buiten deze tijden: SEH via (010) 258 5000 of Huisartsenpost.
- **Bij acute of hevige klachten die niet overgaan: BEL 112.**
- Bij vragen over medicatie: regioapotheek IJsselland (010) 258 3381.

Wanneer contact opnemen

- ✓ Bij erg toenemende pijn aan de wond.
- ✓ Bij tekenen van ontstoken wonden (rood, warm, zwelling).
- ✓ Bij koorts (> 38.5 graden).

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**