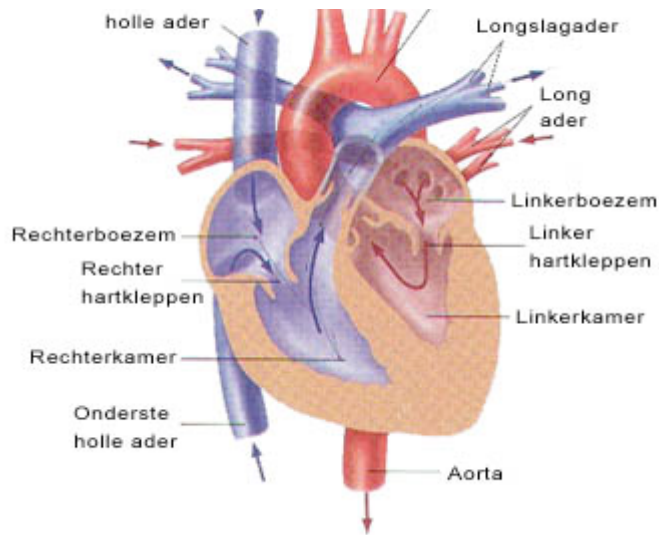


Hartfalen

Het hart is een spier die het bloed door het lichaam pompt. Het hart bestaat uit 4 ruimtes, 2 voorboezems) en 2 kamers. Zuurstofarm bloed komt van het lichaam, aan in de rechter voorkamer. Van daar gaat het naar de rechterkamer en zo naar de linkerboezem wordt het bloed voorzien van zuurstof en wordt de koolzuurstof afgegeven. Zuurstofrijk bloed gaat naar de longen naar de linker voorkamer en zo naar de linkerkamer om van daaruit het hele lichaam voorzien. 4 hartkleppen zorgen er voor dat het bloed niet kan terugvloeien. Het hart werkt door middel van elektrische impulsen die tot in elk deel van het lichaam worden doorgeleid. Wanneer de impuls aankomt, samentrekken de kamers. Om te kunnen werken, moet het hart zelf ook bloed nodig. Dit gebeurt door de kransslagaderen die rond het hart lopen. Dit zijn de kroonslagaders (coronaire arteriën). Als deze vernauwd of versloten zijn, werkt het hart onvoldoende. De hoeveelheid bloed die wordt rondgepompt kan men meten door de ekg. Dit wordt uitgedrukt in een percentage van het normale hart ligt dit rond de 60 -70 %.



Wat is hartfalen?

Bij hartfalen is het hart niet meer in staat om voldoende bloed rond te pompen om het lichaam van zuurstof te voorzien. Het hart faalt in zijn pompfunctie. In normale omstandigheden kan het hart bij elke contractie 60 à 70% van de inhoud van de linkerkamer naar het lichaam pompen. Bij hartfalen is het hart sterk verzwakt en kan het slechts een kleine hoeveelheid bloed wegpompen. Men spreekt van ernstig hartfalen als het hart minder dan 30% kan wegpompen.

Oorzaken van hartfalen :

Er bestaan verschillende oorzaken van hartfalen. De belangrijkste oorzaken zijn :

→ **Hartinfarct** : wordt veroorzaakt door een vernauwing/verstopping van 1 of meerdere kroonslagaders. Hierdoor krijgt het hart onvoldoende zuurstof en kan een deel van de hartspier afgestorven weefsel kan niet meer samentrekken waardoor de pompfunctie vermindert.

→ **Hoge bloeddruk** : hierdoor gaat de hartspier verdikken waardoor ze stijver wordt en zich niet goed kan ontspannen. Het hart kan zich op deze manier niet goed vullen.

→ **Aangeboren afwijkingen**

→ **Klepaandoeningen** : bij een vernauwing (stenose) gaat de klep onvoldoende open waardoor minder bloed kan doorstromen. Een andere klepaandoening is een klep die lekt (insufficiënt). Hierdoor sluit de klep zich niet volledig waardoor bloed terugstroomt.

→ **Aantasting van de hartspier** : (cardiomyopathie) kan veroorzaakt worden door een infectie, chemotherapie, alcohol, drugs of zwangerschap.

van hartfalen

Soms ontstaat hartfalen ook zonder echt de oorzaak te kennen.

Diagnose van hartfalen :

→ Anamnese, lichamelijk onderzoek

Verder kunnen volgende onderzoeken ook nog bijdragen tot de diagnose van hartfalen:

→ Inspanningstest

→ Electrocardiogram (ECG)

→ Echografie van het hart

→ Bloedonderzoek

→ RX Thorax

→ Holter of eventrecorder (registratie van het hartritme gedurende 24u of meerdere dagen)

→ 24uurs bloeddrukmeting

→ Coronarografie : opsporen van vernauwingen van de kroonslagaders en klepafwijkingen

Behandeling van hartfalen :

→ **Medicatieaanpassing**

Er zijn 2 soorten medicatie die de basisbehandeling van

- Bètablokkers
- (Digoxine)

Volgende medicamenten mogen nooit zonder uw arts genomen worden : NSAID (niet-ster inflammatoire geneesmiddelen) vb Brufen® Nurofen®, Apranax®, Brexine®,... Paracetamol toegestaan als pijnmedicatie maar dan liest geen bruistabletten aangezien deze veel zout bevatten

→ **Aanpassen van de levensstijl**

- overgewicht heeft een negatieve invloed op hartfalen. Het hart wordt nog eens extra belast door extra kilo's.
- gezonde voeding, voldoende groenten
- Zoutarm dieet, max 2-3g zout per dag
bij hartfalen gaat het extra zout er voor zorgen dat er meer vocht wordt vastgehouden door het hart en er oedemen gaan ontstaan.
- Vochtbeperking, max 1,5 liter vocht per dag
- Beweging, eens de toestand onder controle is er aan de conditie gewerkt worden om het hart te versterken
van wandelen, fietsen
- Alcoholgebruik, er wordt aangeraden om niet meer dan 1 of 2 glazen alcohol per dag te gebruiken
- Roken, dit zorgt ervoor dat de zuurstof niet goed kan opgenomen worden in het bloed.
de vaatwand van de slagaders aantast en er vernauwingen kunnen ontstaan.

een te trage of te snelle hartslag op of doen het hart beter samentrekken..

→ Operatie van het hart

Vb klepoperatie of het verhelpen van kranslagadervernauwingen.

Wanneer contact opnemen met uw arts?

Als u :

- korstendig het bewustzijn verliest
- 's nachts kortademig wakker wordt
- 's nachts moet gaan rechtzitten in bed
- 2 kg meer weegt in 3 dagen tijd
- dikke enkels, benen of buik krijgt
- sneller kortademig bent
- sneller moe geraakt
- de trap niet meer op geraakt
- hartkloppingen krijgt
- last heeft van een vervelende hoest

Deze symptomen kunnen wijzen op een achteruitgang van de toestand van uw hart.

Nuttige telefoonnummers :

Secretariaat cardiologie : 016/209336
Hartfalenverpleegkundige : 016/209118
Dr Van Thielen : 016/209336