

## Tips & suggesties bij hartfalen

- Beperk de dagelijkse vochtinname tot 1,5 liter per dag.
- Weeg uzelf iedere dag.
- Contacteer uw huisarts of de hartfalenverpleegkundige bij verergeringssignalen.
- Vermijd gezouten voedingswaren, en voeg geen zout toe.
- Haal jaarlijks uw griepvaccin.
- Noteer elke verandering van behandeling en toestand in uw communicatieboekje of bel de hartfalenverpleegkundige.
- Start en stop nooit op eigen initiatief met de inname van medicatie.
- Neem stipt uw medicatie.
- Laat regelmatig een bloedonderzoek uitvoeren.
- Beweeg voldoende per dag, fiets of wandel dagelijks minstens een half uur.
- Beperk alcoholgebruik.
- Stop met roken.
- Vermijd onstekingsremmers.

## Contactgegevens

**Hartfalenkliniek**  
Tel: 011 30 95 82



Heeft u opmerkingen of suggesties i.v.m. deze brochure?  
Geef ons gerust een seintje!

### Dienst kwaliteit

E-mail: [info@jessazh.be](mailto:info@jessazh.be)  
Tel: 011 30 90 22.

### Jessa Ziekenhuis vzw

Salvatorstraat 20  
3500 Hasselt

[www.jessazh.be](http://www.jessazh.be)

# Hartfalen

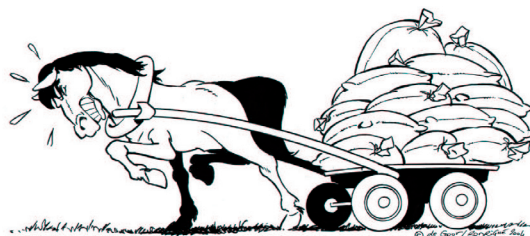
## Wat is hartfalen?

Hartfalen is een verminderde pompfunctie van het hart, waardoor het hart niet meer in staat is om de verschillende organen van bloed, zuurstof en voedingsstoffen te voorzien, leidend tot een complex van klachten en symptomen.



## Symptomen bij hartfalen

- Kortademigheid
- Chronisch gebrek aan energie
- Opgezette voeten en benen
- Hoesten met schuimig slijm
- Verwardheid en/of geheugenstoornissen
- Nood aan meer kussens in bed
- Gebrek aan eetlust
- 's Nachts vaak moeten plassen
- Plotse gewichtstoename



## Oorzaken van hartfalen

- Vernauwingen van de kransslagaders
- Hoge bloeddruk
- Ritmestoornissen
- Hartkleproblemen
- Toxische stoffen, alcohol, drugs,...
- ...

