TIELT
SINT-ANDRIES
ZIEKENHUIS

Uw gezondheid, onze zorg.

Hartfalen dagboek

Informatiebrochure



Geachte patiënt,

uw behandelende arts heeft vastgesteld dat je hartfalen hebt en heeft je daarover al wat toelichting gegeven. Het is belangrijk dat je begrijpt wat je overkomt en wat hartfalen precies inhoudt. Via deze brochure willen we u informeren over enkele belangrijke zaken. Wat is hartfalen? Wat zijn de mogelijke oorzaken? Wat doet dit met uw lichaam? Je zult ook informatie krijgen over wat je zelf kunt doen tijdens de behandeling en we geven tips mee om uw levensstijl wat aan te passen. Deze informatie zal ook persoonlijk worden toegelicht door uw hartfalenverpleegkundige. Aarzel niet om ons te contacteren als er nog verdere vragen zijn, we helpen je graag verder.

Team Hartfalen

Afspraken/Consultaties

Datum	Uur	Arts	HF Vpk	Labo vooraf

Breng steeds dit dagboekje mee en uw actuele medicatielijst.

Team cardiologie

Cardiologen

Dr. F. Desimpel



Dr. P. Vanderheeren



Dr. J. Bresseleers



Dr. M. De Coster



Dr. L. Defruyt



Hartfalenverpleegkundige
Isabelle Dewaele

Verpleegkundigen polikliniek cardiologie
Katrien Derycke en Els Debouvere

Secretariaat polikliniek cardiologie
Susy Dewulf

Wat is hartfalen

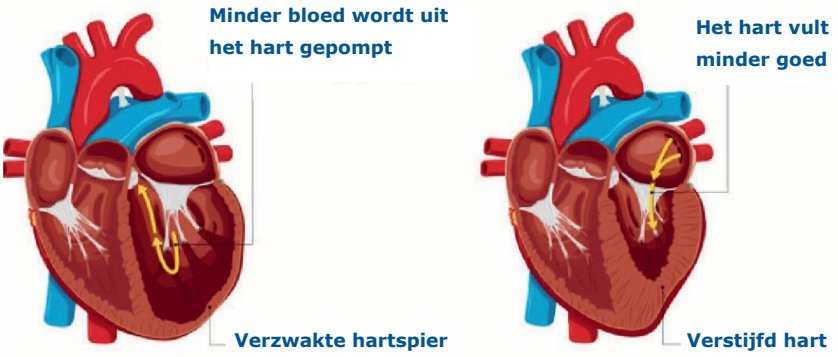
Het hart is een holle spier die als pomp functioneert en de verschillende organen van het lichaam van bloed, zuurstof en voedingstoffen voorziet. We spreken van hartfalen als het hart niet op voldoende wijze door een structureel of funcioneel probleem het bloed kan rondpompen om het lichaam normaal te laten functioneren.

Er zijn verschillende soorten hartfalen:

- ofwel is de pompkracht van het hart verminderd.
  = HFrEF (hartfalen met verminderde ejectie fractie)

- Ofwel kan de hartkamer zich onvoldoende vullen omdat de hartspier te stijf is.
  = HFpEF (hartfalen met behouden ejectie fractie)

Beide vormen kunnen ook samen voorkomen. Het resultaat van beide vormen is hetzelfde: het hart kan onvoldoende bloed rondpompen.



Oorzaken hartfalen

hartfalen ontstaat als gevolg van een beschadiging of langdurige overbelasting van het hart.

Mogelijke oorzaken van beschadiging of overbelasting van het hart:

- hoge bloeddruk
- hartritmestoornissen
- hartklepaandoeningen
- aandoeningen van de kransslagaders/hartinfarcten
- aangeboren hartafwijkingen
- hartspierziekte (cardiomyopathie)
- ontsteking van de hartspier (myocarditis)
- andere oorzaken (alcohol, drugs, medicatie)
- ongekende oorzaak

Weetje

Naar schatting lijdt 2% van de Belgische bevolking aan hartfalen. Dat zijn ongeveer 200 000 Belgen.

Symptomen en tekenen van hartfalen

Patiënten met hartfalen contacteren meestal de huisarts als de klachten duidelijk toenemen. Op dat moment heeft het hartfalen al een ernstig stadium bereikt. Door bij de eerste tekenen van achteruitgang een (huis)arts of hartfalenverpleegkundige te raadplegen, kan een opname in het ziekenhuis worden vermeden.

Tijdig herkennen van één of meerdere klachten en opstarten van medicatie om het hart te beschermen, is belangrijk om hartfalen te stabiliseren en het risico op verwikkelingen te verkleinen.

Symptomenkaart

Doezovoort



Geen kortademigheid of toename van kortademigheid



Normaal niveau van activiteit



Geen nieuwe zwellingen, uw voeten en benen lijken normaal



Stabiel gewicht



Geen pijn ter hoogte van de borst

- Controleer verder uw dagelijks gewicht.
- Volg de voorschriften van uw arts.
- Ga op controle bij uw arts zoals gepland.

Opgelet



Toename van kortademigheid bij inspanning en/of rust



Hoest



Zwelling van de benen, voeten, enkels en/of buik



Snelle gewichtstoename = 2kg / 3 dagen



Slaapstoornissen

- Contacteer je hartfalenverpleegkundige.
- Een vervroegd doktersbezoek of aanpassing van uw medicijnen kan noodzakelijk zijn.

Alarm



Kortademigheid in rust



Herhaaldelijke hoest



Duidelijke zwelling van uw onderlichaam



Snelle gewichtstoename > 2 kg / 3 dagen



Ernstige slaapstoornissen (onvermogen slapen zonder kussens)



Verlies van eetlust, verwardheid, depressie, duiziligheid

- Je moet vandaag medisch worden gezien.
- Contacteer je hartfalenverpleegkundige of (huis)arts.



Voel je je heel slecht, pijn op de borst, geen adem, flauwvallen. BEL :

Onderzoek door de arts

De diagnose van hartfalen kan al worden vermoed op basis van bovenvermelde symptomen. Maar toch willen we graag het hartfalen zo goed mogelijk in kaart brengen om de onderliggende oorzaak te achterhalen.

Eerst en vooral zal de arts een grondig, lichamelijk onderzoek uitvoeren.

- Meten van bloeddruk en hartfrequentie
- Beluisteren van hart en longen
- Controle op oedemen (vochtophoging)
- Controle lengte en gewicht







Feit

Uit onderzoek blijkt dat 200.000 Belgen aan harfalen lijden en dat dagelijks ongeveer veertig nieuwe gevallen worden ontdekt (15.000 per jaar).

Bijkomende onderzoeken

Bloedonderzoek

Tijdens de behandeling zal men op regelmatige tijdstippen vragen om een bloedafname in te plannen.
Via deze regelmatige bloedafnames wordt onder andere uw nierfunctie gecontroleerd waarbij het voor de arts duidelijk wordt of u de medicatie verdraagt en of de dosis moet worden aangepast.

Echocardiografie

Met ultrageluidsgolven gaat men via een probe over de borstkas naar het hart kijken en kan men nauwkeurig de structuur en functie ervan in beeld brengen. Dit onderzoek is pijnloos en onschadelijk en gebeurt tijdens de consultatie door uw arts.



Weetje

Ejectie fractie (EF) *Is een cijfer dat de pompkracht van het hart uitdrukt. De arts kan dit tijdens een echo meten. In normale omstandigheden bedraagt de EF ongeveer 50%. Ze is verlaagd bij hartfalen. Is deze lager dan 40% dan spreekt men van 'belangrijke' hartzwakte.*

Transoesofagale echografie (TEE)

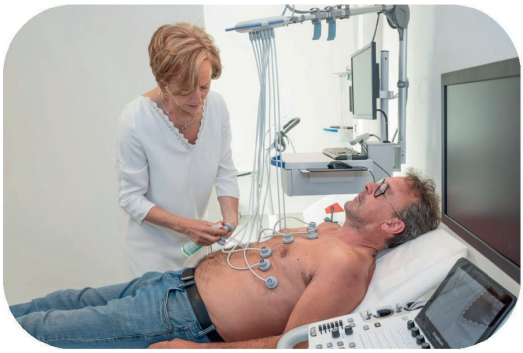
Soms zal je arts een echocardiogram vanuit de slokdarm inplannen. Dit is een onderzoek waar de arts via de slokdarm naar uw hart zal kijken om een beter beeld te krijgen van bepaalde structuren van uw hart. Voor dit onderzoek moet je nuchter zijn.

Elektrocardiogram (ECG)

Via zuignappen/elektroden op armen, benen en borst gaan we de elektrische geleiding van het hart zichtbaar maken.
Dit onderzoek is pijnloos.

Soms zal de arts ook voorstellen om gedurende een aantal dagen een holter (Rooti) te dragen om uw hartritme gedurende langere periode te meten.





Röntgenonderzoek (RX)

Met deze RX van hart en longen kan men kijken of je hart is vergroot of als er problemen met je longen zijn.

Inspanningstest (fietsproef)

Als uw algemene toestand het toelaat kan de arts voorstellen om een fietsproef te doen. Deze fietsproef kan een inschatting geven hoe het met uw hart en bloedsomloop is tijdens inspanning.

Tijdens en na de inspanning wordt er gekeken naar het ECG en zal de bloeddruk regelmatig genomen worden.



Cardiale MRI

Met een MRI scan kunnen er gedetailleerde beelden worden gemaakt van het hartspierweefsel, kan men de functie nagaan en eventuele littekenvorming aantonen. Dit onderzoek duurt 30-45 minuten.

Cardiale CT-scan

Een cardiale CT-scan visualiseert de kransslagaders om vernauwingen of kalkafzettingen op de sporen.

Ook krijgt men met dit onderzoek een mooi anatomisch beeld van het hart. Dit onderzoek duurt ongeveer 15 minuten.

Coronarografie (hartcatheterisatie)

Bij dit onderzoek kan men kijken naar de kransslagaders rond het hart om eventueel vernauwingen op te sporen. Ook kan men precieze drukmetingen in het hart en de longbloedvaten uitvoeren.

Behandeling van hartfalen

Behandeling van hartfalen is complex en is zeer afhankelijk van patiënt tot patiënt. We hanteren wel voor alle patiënten met harfalen bepaalde richtlijnen.



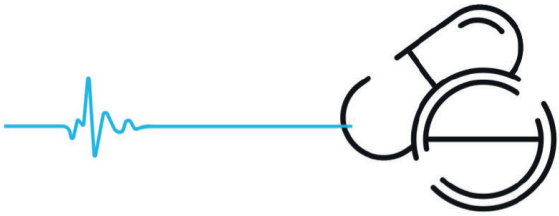
Medicatie nemen ! Klokvast !

Geneesmiddelen zijn de hoeksteen van de behandeling van patiënten met hartfalen. Deze geneesmiddelen zijn getest en goedgekeurd in grote wetenschappelijke studies en hebben aangetoond dat ze uw overleving en kwaliteit van leven aanzienlijk kunnen verbeteren.

- Neem uw medicatie altijd op hetzelfde tijdstip van de dag en heb aandacht voor de juiste dosis.
- Stop nooit met één van de voorgeschreven medicatie zonder overleg met uw arts.
- Breng steeds een actuele medicatielijst mee op de consultaties of bij ziekenhuisopname (maak eventueel gebruik van het voorbeeld op volgende pagina).
- Opgepast bij het gebruik van NSAID zoals Brufen, Voltaren, Nurofen, Apranax, Brexine, Feldene, zijn geneesmiddelen die pijnstillend, ontstekingsremmend en koortsverlagend werken. Gebruik deze middelen nooit zonder overleg, want ze kunnen uw hartfalen en/of nierfunctie ontregelen.

Medicatie bij hartfalen

Bij hartfalen is het vrijwel altijd noodzakelijk om meerdere geneesmiddelen gelijktijdig in te nemen. Bij opstart van een basisbehandeling zal dit moeten worden opgebouwd.



Eerste lijnsbehandeling

Diuretica (plasmedicatie)

Drijven vocht af en zorgen voor vermindering van water en zout in het lichaam.

Furosemide (Lasix), Bumetanide (Burinex), Indapamide (Fludex), Acetazolamide (Diamox), Torasemide (Torrem)

ACE inhibitoren/ARB

Zorgen voor verwijding van de bloedvaten en verlaging van de bloeddruk om de weerstand waartegen het hart moet werken te verminderen.

ACE: Lisinopril (Zestril), Ramipril (Tritace), Perindopril (Coversyl)

ARB: Candesartan (Atacand), Losartan (Cozaar), Valsartan (Diovane), Irbesartan (Aprovel)

ARNI

Combinatie van 2 stoffen die samenwerken om de belasting van het hart te verminderen en de functie ervan te verbeteren op termijn. Zorgt ook het ontspannen van de bloedvaten en gaat de druk in het hart verminderen.

Voorschrift enkel bij bepaalde voorwaarden.

Entresto

Beta-blokkers

Zullen zorgen dat je hart rustiger en efficiënter gaat pompen.

Bisoprolol (Emconcor), Carvedilol (Kredex), Nebivolol (Nobiten)

MRA

Drijven vocht af en zorgen voor een vertraging van de evolutie van hartfalen.

Kalium sparend diureticum.

Spironolactone (Aldactone)

SGLT-2 inhibitoren

Verhoogt het uitplassen van vocht en verlaagt de suikerspiegel door uitplassen van suiker.

Remt de achteruitgang van de nieren op lange termijn en reduceert hospitalisaties.

Forxiga, Jardiance

Tweede lijnsbehandeling

Ivabradine

Vertraagt het ritme zonder nevenwerkingen die betablokkers kunnen hebben.

Procoralan

Digoxine

Gaat de pompkracht van het hart verbeteren en zorgt voor een regelmatig en rustig ritme.

Lanoxin

Intraveneus ijzer

Toedienen van ijzer via het bloed kan lijden tot een verbetering van uw inspanningsvermogen, uw levenskwaliteit en zal het risico op hospitalisaties door hartfalen verminderen.

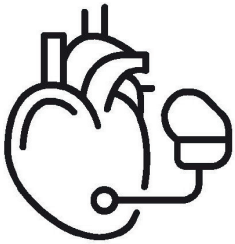
Injectafer, monoferric

GENEESMIDDEL	DOSIS	FREQ	ONTBIJT			10 U	MIDDAGMAAL			16 U	AVONDMAAL			20 U	SLAPEN

GENEESMIDDEL	DOSIS	FREQ	ONTBIJT			10 U	MIDDAGMAAL			16 U	AVONDMAAL			20 U	SLAPEN

Operatieve behandeling: devices

Sommige harfalenpatiënten komen in aanmerking voor het implanteren van een device.
Dit zijn onderhuids implanteerbare batterijen die via een bladvat verbonden worden met het hart.



In België gelden strikte en wettelijke criteria voor terugbetaling. Uw arts overloopt voor jou of je in aanmerking komt voor dergelijke device.

Pacemaker

Dit device stimuleert het hart bij een te trage pols of pauze. Eén of 2 draden of "leads" worden met een batterij verbonden naar het rechterhart.

CRT (cardiale resynchoronisatie therapie)

Dit is een pacemaker met een 3de lead naar de linkerkant van het hart om meer gelijktijdige spiercontractie te hebben tussen linker- en rechterharthelft = CRT-P.

Dit heeft een gunstige effect op de pompwerking en doet de hartfalenklachten afnemen.

Een CRT kan ook een defibrillatiefunctie bevatten = CRT-D.

Defibrillator of ICD

Dit is een pacemaker met een aparte draad om een elektrische stroomstoot (shock) te geven bij levensbedreigende ritmestoornissen van het hart.

Wat kan je zelf doen = gezonde levenswijze

Hartfalen is een chronische aandoening waarvoor je kan worden behandeld, maar niet volledig kan van genezen. Het doel van de behandeling is:

- klachten voorkomen en onder controle houden
- vermijden dat de hartwerking snel achteruitgaat

Als patiënt kan je heel wat zelf doen om de behandeling te laten slagen.

Gewicht



Volg je gewicht dagelijks op!

Weeg u op een vast moment, bij voorkeur bij het opstaan. Weeg u steeds onder dezelfde omstandigheden: na het plassen, voor het ontbijt in nachtkledij. Noteer deze in uw hartfalendagboek.

Bloeddruk en hartfrequentie

Controleer regelmatig je bloeddruk en hartfrequentie. Noteer deze in uw hartfalendagdagboek. De meeste medicatie voor hartfalen verlaagt de bloeddruk en daarom is een lage bloeddruk die u kan verdragen (geen klachten van duizeligheid, ijdelheid) normaal voor u.



Zorg voor voldoende beweging

Blijf zoveel als mogelijk in beweging. Alles wat u kan doen zonder klachten moet u vooral blijven doen. Luister daarbij naar uw lichaam en bouw uw inspanningen voorzichtig op. Bespreek met uw arts of je in aanmerking komt voor het volgen van een cardiaal revalidatieprogramma. Zorgmedewerkers uit verschillende disciplines helpen je om de beweging onder controle op te bouwen en motiveren je om meer te bewegen.

Ze geven ook info over gezonde voeding en hoe stress te verminderen.



Vaccinaties

We raden aan om u voldoende te beschermen d.m.v. vaccinaties. Dit zowel jaarlijks voor griep en Covid als om de 5 jaar voor pneumokokken.





Gezonde voeding

Zorg voor een gevarieerd en gezond eetpatroon. Dit zal een gezond gewicht in de hand werken. Een voeding rijk aan vetten van het verzadigde type kan slagaderverkalking in de hand werken en verhoogt het cholesterolgehalte in het bloed. Om te voorkomen dat uw lichaam teveel vocht gaat vasthouden raden we aan niet teveel te drinken en extra zout in de voeding te beperken.

Feit

Gewichtsdaling van 10% zorgt voor 25% verlaagd risico op hart en vaatziekten.

Vocht intake met mate

Probeer bewust om te gaan met hoeveel je drinkt. Bij extra vocht in het lichaam moet uw hart extra hard werken en bij hartfalen moet u dit juist voorkomen. De hartfalenverpleegkundige zal met u overlopen wat uw huidige intake is en zal een persoonlijk advies opstellen. Een gezonde vocht intake is 1,5 - 2 liter/24 uur (alles inbegrepen).



Zoutgebruik beperken

Uw lichaam heeft zout nodig om goed te werken, maar niet teveel. De meeste voedingsmiddelen bevatten van nature zout, dus probeer extra zouttoevoeging te beperken. Door uw hartfalen houdt uw lichaam extra zout en water vast waradoor het vocht zich kan ophopen.



Weetje

1 gram zout = 0,4 gram natrium

1 gram natrium = 2,5 gram zout



Alcohol, roken en drug gebruik

Wees matig met alcohol. Overmatig gebruik van alcohol en drugs hebben een toxisch effect op uw hart en kan uw hartfalen verergeren.

Ook kan dit de werking van medicijnen beïnvloeden. Door te roken wordt de belasting van het hart nog groter en roken is ook een belangrijke risicofactor voor het krijgen van een hartinfarct.

Rijgeschiktheid

Er zijn een aantal situaties waarbij je tijdelijk niet met de auto mag rijden.

Bespreek met uw behandelende arts of u geschikt bent om de auto te besturen.

Bij symptomen van toenemend hartfalen rij je best zelf niet met de auto.





Seksualiteit

Als uw klachten onder controle zijn, is het geen probleem om sekueel actief te zijn. De inspanning die dit vraagt komt overeen met het beklimmen van 2 verdiepingen.

JANUARI				
DATUM	BLOEDDRUK	POLS	GEWICHT	BIJZONDERHEDEN
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
31				

FEBRUARI				
DATUM	BLOEDDRUK	POLS	GEWICHT	BIJZONDERHEDEN
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				

MAART				
DATUM	BLOEDDRUK	POLS	GEWICHT	BIJZONDERHEDEN
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
31				



APRIL				
DATUM	BLOEDDRUK	POLS	GEWICHT	BIJZONDERHEDEN
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				

MEI				
DATUM	BLOEDDRUK	POLS	GEWICHT	BIJZONDERHEDEN
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
31				



JUNI				
DATUM	BLOEDDRUK	POLS	GEWICHT	BIJZONDERHEDEN
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				



JULI				
DATUM	BLOEDDRUK	POLS	GEWICHT	BIJZONDERHEDEN
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
31				

AUGUSTUS				
DATUM	BLOEDDRUK	POLS	GEWICHT	BIJZONDERHEDEN
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
31				

SEPTEMBER				
DATUM	BLOEDDRUK	POLS	GEWICHT	BIJZONDERHEDEN
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				

OKTOBER				
DATUM	BLOEDDRUK	POLS	GEWICHT	BIJZONDERHEDEN
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
31				

NOVEMBER				
DATUM	BLOEDDRUK	POLS	GEWICHT	BIJZONDERHEDEN
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				

DECEMBER				
DATUM	BLOEDDRUK	POLS	GEWICHT	BIJZONDERHEDEN
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
31				

Interessante websites/video’s

www.heartfailuresmatters.org/nl

www.heartfailure.be

www.hartstichting.nl/hartfalen

Scan onderstaande QR codes voor informatieve video’s

Wat is hartfalen

www.hartstichting.nl

Symptomen hartfalen

www.heartfailure.be

Bron: *Symptomenkaart BWGHF - Behandeling van hartfalen BWGHF Sint-Andriesziekenhuis, 20 oktober 2026, art._100*

Disclaimer:
Deze brochure is uitsluitend voor informatieve doeleinden om u als patiënt en naasten informatie mee te geven die u mondeling is toegelicht.
Zijn er na het lezen van deze brochure nog vragen, noteer ze en bespreek ze met uw behandelende arts of hartfalenverpleegkundige.

Vragen en info

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen?
Aarzel dan niet om even contact op te nemen om uw vragen te stellen?

Mocht u om dringende redenen uw afspraak niet kunnen nakomen, verwittigt u zo spoedig mogelijk het secretariaat cardiologie.

Secretariaat cardiologie

051 42 58 70

cardiologie@sintandriestielt.be

www.hartcentrumaalter-tielt-dentergem.be

Artsen

- Dr. Desimpel Françine
- Dr. Vanderheeren Philippe
- Dr. Bresseleers Jan
- Dr. Defruyt Loran
- Dr. De Coster Margot
- Dr. Özpak Emine

Locatie adressen hartcentrum

Sint-Andriesziekenhuis
Bruggestraat 84
8700 Tielt

051 42 51 11
1e verdiep - route 40
www.sintandriestielt.be

Hartcentrum Aalter
Lindestraat 20
9880 Aalter

Hartcentrum Dentergem
Vijvestraat 5
8720 Dentergem

Spoedopname

Buiten de kantooruren, in het weekend en op feestdagen kunt u voor dringende problemen langskomen tot de dienst spoedgevallen van het Sint-Andriesziekenhuis, voor vragen spoeddienst 051 42 50 67

Vragen?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



SINT-ANDRIES TIELT ZIEKENHUIS

Uw gezondheid, onze zorg.

20/10/26