

Vasculaire risicopreventie polikliniek

Wat is een beroerte, wat is een TIA en hoe werkt de vasculaire risicopreventie polikliniek?

U heeft onlangs een beroerte of een TIA gehad waarvoor u bij de neuroloog bent geweest op de afdeling Spoedeisende Hulp, de polikliniek Neurologie of de verpleegafdeling Neurologie. In deze folder geven wij u graag enige informatie over uw aandoening en de manier van werken op de vasculaire risicopreventie polikliniek

Begrippen

Beroerte/CVA (Cerebraal Vasculair Accident)

Bij een beroerte raakt een bloedvat verstopt (infarct) of knapt het bloedvat (bloeding). In beide gevallen is er een verstoring van de bloedtoevoer naar de hersenen. Hierdoor krijgt het getroffen gedeelte van de hersenen te weinig zuurstof en voedingsstoffen en raakt beschadigd.

TIA (Transient Ischaemic Attack)

Een TIA ontstaat op basis van voorbijgaande bloedschietstoornissen, maar vertoont dezelfde klachten als een beroerte. De klachten bij een TIA verdwijnen binnen 24 uur.

De directe oorzaak van een beroerte ligt meestal in een beschadiging aan de wand van een slagader in of naar de hersenen. Zulke beschadigingen ontstaan door een aantal lichamelijke factoren. Voor een deel hebben we daar zelf invloed op door onze leefstijl. Door gezond te leven kunnen we het risico op een beroerte verlagen. We gaan hier enkele factoren na.

Risicofactoren

Na een TIA heeft u een vergrote kans om een beroerte te krijgen. Ook nadat u al een beroerte heeft gehad, is er een vergrote kans om opnieuw een beroerte te krijgen. Daarom is het van groot belang om zo snel mogelijk de oorzaak van de TIA of beroerte op te sporen en maatregelen te treffen.

Het is van belang om naast de factoren waarop men geen invloed heeft zoals leeftijd, geslacht of erfelijkheid, de factoren te verminderen waar wel wat aan te doen valt zoals:

- hoge bloeddruk;
- roken;
- hoog cholesterolgehalte;
- onvoldoende lichaamsbeweging;
- overgewicht;
- alcohol;
- suikerziekte (diabetes mellitus).

Wat is de bedoeling van de vasculaire risicopreventie polikliniek?

Op vasculaire risicopreventie polikliniek bieden de verpleegkundigen u een programma van preventiemaatregelen aan. Door u bewust te maken van uw leefgewoonten kunnen we u helpen de genoemde risicofactoren voor u zo klein mogelijk te maken. Daarnaast worden de bijwerkingen van de medicijnen besproken. De medicatie tegen hoge bloeddruk en suikerziekte wordt door de huisarts of internist voorgeschreven.

Inventarisatie

Allereerst inventariseren we de risicofactoren die op uw persoonlijke situatie van toepassing zijn. We vragen of u rookt, drinkt, hoeveel u beweegt en wat u eet. We meten uw gewicht, buikomtrek en uw bloeddruk.

Advies en begeleiding

Vervolgens krijgt u een persoonlijk advies hoe u de risicofactoren kunt vermijden of zoveel mogelijk kunt verminderen. We begeleiden u bij het verminderen van de risicofactoren en het veranderen van uw leefstijl. We kunnen doorverwijzen bij het stoppen met roken en het beperken van uw overgewicht. Als dat nodig is, schakelen we hierbij de hulp in van bijvoorbeeld een diëtiste of fysiotherapeut.

Het programma

U krijgt een afspraak mee om tussen twee à zes weken na uw bezoek aan de neuroloog of na ontslag uit het ziekenhuis, bij de verpleegkundige op de vasculaire risicopreventie polikliniek te komen. Over een periode van één jaar zal de verpleegkundige verschillende afspraken met u maken, waarvan in ieder geval één na drie maanden en een één jaar na de TIA of beroerte

Eerste consult

Bij uw eerste bezoek aan de vasculaire risicopreventie polikliniek neemt de verpleegkundige met u een vragenlijst door die betrekking heeft op mogelijke risicofactoren en leefgewoonten. We geven aan de hand van deze vragenlijst advies over wat u kunt doen om de risicofactoren te verminderen en waar nodig adviseren wij u uw leefstijl aan te passen. Dit gesprek zal ongeveer vijftig minuten duren.

Vervolgconsult

Tijdens het vervolgconsult wordt gekeken naar de behaalde resultaten. Met name de bloeddruk, gewicht, stoppen met roken, meer bewegen en andere leefgewoonten. Als dat nodig is, kan de verpleegkundige u terugverwijzen naar uw specialist, naar uw huisarts of een andere discipline. Naast het verlagen van de gezondheidsrisico's voor de toekomst, kan het aangeboden programma ook bijdragen aan een betere algehele lichamelijke conditie.

Tot slot

Adressen

- Polikliniek Neurologie (polikliniek 14) van locatie Blaricum;
telefoon (035) 539 15 27; postadres: Postbus 900, 1250 CA Laren.
- Polikliniek Neurologie (polikliniek 55) van locatie Hilversum;
telefoon (035) 688 76 37; postadres: Postbus 10016, 1201 DA Hilversum.

Bereikbaarheid verpleegkundigen

- Kitty Harrison, maandag tot en met donderdag van 09.00-17.00 uur;
- Wanda de Groot, maandag en donderdag van 09.00-17.00 uur.

Tergooiziekenhuizen

Locatie Blaricum

T (035) 539 11 11

Locatie Hilversum

T (035) 688 77 77

www.tergooziekenhuizen.nl