

CVA-risicopoli

Wat is een TIA en CVA en hoe werkt de CVA-risicopoli?

U heeft onlangs een TIA of CVA gehad waarvoor u bij de neuroloog bent geweest op de spoedeisende hulp, de poli of de verpleegafdeling neurologie. In deze folder geven wij u graag informatie over uw aandoening en de werkwijze op de CVA-risicopoli.

Begrippen

Bij een beroerte raakt een bloedvat verstopt (infarct) of knapt het bloedvat zelfs (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.

De medische termen die ook wel voor een beroerte worden gebruikt, zijn *CVA* (Cerebro Vasculair Accident) of *Stroke*.

Een *TIA* (Transient Ischaemic Attack) ontstaat op basis van voorbijgaande bloedcirculatiestoornissen, maar vertoont dezelfde klachten als een beroerte. De klachten bij een TIA verdwijnen binnen 24 uur.

Een TIA en een beroerte zijn serieus te nemen tekenen dat er sprake is van vaatlijden (arterosclerose), net zoals een hartinfarct een ander teken van vaatlijden is.

Risicofactoren

Na een TIA heeft u een vergrote kans om een beroerte te krijgen met blijvende schade. Maar 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 CVA 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 cva-risico-poli?

Op de CVA-risico-poli 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.

Inventarisatie

Allereerst inventariseren we de risicofactoren die op uw persoonlijke situatie van toepassing zijn. We vragen dus 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 helpen u bij het stoppen met roken en het beperken van uw overgewicht. Zonodig schakelen we hierbij de hulp in van bijv. een diëtiste of fysiotherapeut.

Het programma

U krijgt een afspraak mee om twee weken na uw bezoek aan de neuroloog of na ontslag uit het ziekenhuis, bij de verpleegkundige op de CVA-risico-poli te komen. Over een periode van 1 jaar zal de verpleegkundige verschillende afspraken met u maken, waarvan in ieder geval één na drie maanden en één 1 jaar na de TIA of beroerte.

Eerste consult

Bij uw eerste bezoek aan de CVA-risico-poli neemt de verpleegkundige met u een vragenlijst door die betrekking heeft op mogelijke risicofactoren en leefgewoonten. We meten uw bloeddruk, gewicht en buikomtrek. 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 50 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

Voor de CVA-risico-poli kunt u ons bereiken in Tergooiziekenhuizen, op:

Locatie Blaricum

Postadres: Postbus 900, 1250 CA Laren

Poli Neurologie (poli 14), Verpleegkundige: Jeanette van Remmen

Maandag- en donderdagmiddag van 13.00 uur tot 17.00 uur

T (035) 539 11 11, sein 2033

Locatie Hilversum

Postadres: Postbus 10016, 1201 DA Hilversum

Poli neurologie (poli 55), Verpleegkundige: Wanda de Groot

Dinsdag en donderdag van 09.00 uur tot 17.00 uur

T (035) 688 76 37, pieper 4787

Tergooiziekenhuizen

Locatie Blaricum

Rijksstraatweg 1

1261 AN Blaricum

T (035) 539 11 11

www.tergooiziekenhuizen.nl

Tergooiziekenhuizen

Locatie Hilversum

Van Riebeeckweg 212

1213 XZ Hilversum

T (035) 688 77 77