



St. Anna Ziekenhuis



De cardiovasculaire risico Polikliniek

‘Bloed moet stromen’

| bijzonder betrokken |

Naam :
Geboortedatum : - -

Uw specialist of huisarts heeft u doorverwezen naar de cardiovasculaire risicopolikliniek omdat u een hart- en vaatziekte hebt of een verhoogde kans hierop.

Wat is de cardiovasculaire risico polikliniek (CVR-polikliniek)

Cardiovasculaire aandoeningen, beter bekend als hart- en vaatziekten ('cardio' betekent hart, 'vasculair' betekent bloedvaten), komen in Nederland regelmatig voor. De oorzaak is meestal slagaderverkalking (atherosclerose).

Bij de cardiovasculaire risico polikliniek, oftewel CVR-polikliniek, worden tijdens een vaatriscio spreekuur de risicofactoren op hart- en vaatziekten in beeld gebracht. Verder krijgt u hier uitleg en ondersteuning om de kans op hart- en vaatziekten te verkleinen.

Bij de CVR-polikliniek werken gespecialiseerde vasculair verpleegkundigen (vaatverpleegkundigen) in nauwe samenwerking met de internist.

Wat houdt het vaatriscio spreekuur in

Bij verwijzing door uw specialist doorloopt u een ander behandeltraject dan bij verwijzing door uw huisarts. Hierna beschrijven wij beide behandeltrajecten. De voorbereiding voor beide trajecten is hetzelfde.

Vorbereiding op de afspraak

Wij verzoeken u het volgende mee te nemen naar uw eerste afspraak:

- De door u ingevulde vragenlijst in deze folder
- Zorgpas of polisgegevens
- Geldig legitimatiebewijs

Verder vragen wij u om bij iedere afspraak mee te nemen:

- een actueel overzicht van de medicatie die u gebruikt en de vitamines en mineralen die u op eigen initiatief inneemt.

Waar vindt de afspraak plaats

Op de dag van de afspraak gaat u naar de **wisselpolikliniek, 1e etage route 64**. U hoeft zich niet te melden. U kunt plaatsnemen in de wachtkamer. De vaatverpleegkundige roept u binnen.

1. Behandeltraject bij verwijzing door de specialist

Eerste afspraak

Uw eerste afspraak bij de CVR-polikliniek vindt plaats met de vaatverpleegkundige.

De vaatverpleegkundige besteedt aandacht aan:

- inventarisatie van uw gezondheid en leefstijl;
- controle van uw bloeddruk;
- het opstellen van een risicoanalyse voor hart- en vaatziekten;
- uitleg geven over de bestaande risicofactoren;
- het geven van leefstijladviezen op maat, met als doel uw risico op hart- en vaatziekten te verkleinen. Bijvoorbeeld meer bewegen, gezonde voeding en een goede bloeddruk.
- de door u gebruikte medicatie.

Wij nemen voldoende tijd om eventuele vragen en/of onduidelijkheden met u te bespreken. Deze afspraak duurt ongeveer één uur.

Tweede afspraak

De tweede afspraak is een combinatie afspraak: u spreekt met de vaatverpleegkundige en aansluitend (ervoor of erna) met de internist.

Vaatverpleegkundige

Deze afspraak duurt ongeveer een half uur. Aandacht wordt besteed aan:

- vervolgcontrole van uw bloeddruk;
- doorspreken van de bestaande risicofactoren;
- het doornemen van de afspraken die met u gemaakt zijn.

Internist

Tijdens deze afspraak vindt het volgende plaats:

- lichamelijk onderzoek;
- bespreken van uw voorgeschiedenis en eventuele klachten;
- beoordeling van uw laboratoriumuitslagen;
- opstellen van een behandelplan;
- indien noodzakelijk zal met medicatie worden gestart of wordt uw medicatie bijgesteld. U kunt hierbij denken aan medicatie tegen (nog te) hoge bloeddruk of (nog te) hoog cholesterolgehalte.

Vervolgafspraken vaatverpleegkundige en/of internist

Vaatverpleegkundige

De vaatverpleegkundige zal soms nog een vervolgspraak met u inplannen als verdere begeleiding kan bijdragen aan het verlagen van de risicofactoren op hart- en vaatziekten. U kunt bijvoorbeeld denken aan ondersteuning bij het veranderen van uw leefstijl.

Internist

De internist zal soms nog een vervolgspraak inplannen als verder onderzoek nodig is of om uw behandeling te vervolgen. Dit kan nodig zijn om bijvoorbeeld te zorgen dat u goed ingesteld wordt op uw medicatie.

2. Behandeltraject bij doorverwijzing via uw huisarts

Eerste afspraak

Uw eerste afspraak is een combinatie afspraak: u komt zowel bij de vaatverpleegkundige als bij de internist.

De vaatverpleegkundige besteedt aandacht aan:

- inventarisatie van uw gezondheid en leefstijl;
- controle van uw bloeddruk;
- het opstellen van een risicoanalyse voor hart- en vaatziekten;
- uitleg geven over de bestaande risicofactoren;
- het geven van leefstijladviezen op maat, met als doel uw risico op hart- en vaatziekten te verkleinen. Bijvoorbeeld meer bewegen, gezonde voeding en een goede bloeddruk.
- de door u gebruikte medicatie.

Wij nemen voldoende tijd om eventuele vragen en/of onduidelijkheden met u te bespreken. Deze afspraak duurt ongeveer één uur.

Tijdens uw afspraak met de internist vindt het volgende plaats:

- lichamelijk onderzoek;
- bespreken van uw voorgeschiedenis en eventuele klachten;
- beoordeling van uw laboratoriumuitslagen;
- opstellen van een behandelplan;
- indien noodzakelijk zal met medicatie worden gestart of wordt uw medicatie bijgesteld. U kunt hierbij denken aan medicatie tegen (nog te) hoge bloeddruk of (nog te) hoog cholesterolgehalte.

Hierna worden eventuele vervolgspraken ingepland. Als geen vervolgspraken meer nodig zijn bij de vaatverpleegkundige of internist, zal de verdere begeleiding door uw huisarts plaatsvinden. Wij adviseren u om hiervoor een afspraak bij uw huisarts te maken.

Vragenlijst (ingevuld meenemen naar uw eerste afspraak)

1a. Hebt u aandoeningen (gehad) die wijzen op een vaataandoening?

- Verhoogd cholesterol
- Familiair verhoogd cholesterol (indien aangetoond via genenonderzoek)
- Hoge bloeddruk Hoge bloeddruk tijdens zwangerschap
- Vrouw in de overgang < 50 jaar. Zo ja, bij leeftijd jaar.
- Hartinfarct
- Kortdurende verlamming of gevoelsverlies (TIA)
- Herseninfarct Hersenbloeding (CVA)
- Trombose
- Obstructief Slaap Apneu Syndroom (OSAS) of Centraal Slaap Apneu Syndroom (CSAS)
- Reuma Artritis psoriatica
- Jicht
- Diabetes mellitus Diabetes mellitus tijdens zwangerschap
- Etalagebenen: pijn in de (onder)benen die ontstaat tijdens lopen en afneemt bij rusten. Zo ja, hoeveel meter kunt u lopen zonder pijn?
 - Minder dan 100 meter
 - Tussen de 100 en 500 meter
 - Tussen de 500 en 1000 meter
 - Meer dan 1000 meter
- Kanker Kanker in het verleden
- Nierschade (nierfalen)
- Infectieuze darmziekten. Zo ja welke?

1b. Hebt u andere gezondheidsproblemen? Zo ja, welke?

.....
.....

1c. Hebt u behandelingen ondergaan voor vaataandoeningen?

- Dotterprocedure benen hart
- Operatie aan de bloedvaten/hartkleppen?
Zo ja, welke?

2. Komen de volgende aandoeningen voor bij familieleden voor hun 65^e levensjaar? (vader, moeder, broer, zus, oom, tante)

	Wie	Vaderszijde/ moederszijde	Leeftijd
Hartinfarct			
Operatie aan de bloedvaten Welke			
Herseninfarct (CVA)			
TIA			
Diabetes mellitus (suikerziekte)			
Verhoogd cholesterol			
Hoge bloeddruk			
Nierziekte			
Trombose			
Verstopping slagader (vaatembolie)			
Verwijding van de lichaamsslagader (aneurysma aorta)			
Anders, namelijk:			

3.a Rookt u?

- Ja, sigaretten/sigaren/pijp per dag
Hoeveel jaren rookt u al? jaren
- Ik wil stoppen met roken
- Nee

3.b Hebt u gerookt?

- Ja, sigaretten/sigaren/pijp per dag
Hoeveel jaren hebt u gerookt? jaren.
Gestopt sinds
- Nee

4.a Gebruikt u drugs?

- Ja, aantal: per Welke drugs:
- Aantal jaren dat u gebruikt:
- Nee, maar in verleden gebruikt.
Aantal jaren? jaren. Welke drugs:.....
- Nee, nooit gebruikt

4.b Gebruikt u anabole steroïden?

- Ja, aantal:..... per Welke middelen:.....
- Aantal jaren dat u gebruikt:
- Nee, maar wel in het verleden gebruikt.
Aantal jaren? jaren. Welke middelen:.....
- Nee, nooit gebruikt

5. Gebruikt u alcohol?

- Ja, aantal glazen per dag..... of aantal glazen per week.....
Of vooral in het weekend (zaterdag, zondag) glazen
Wat?.....
- Nee

6.a Voegt u zout toe aan het eten?

- Ja Matig Nee

6.b Gebruikt u kant- en-klaarproducten zoals soep, sauzen, ketjap, sambal, mosterd? (in verband met veel toegevoegd zout)

- Ja, x per week Nee

6.c Gebruikt u kant- en-klaarmaaltijden?

- Ja, x per week Nee

6.d Drinkt u koffie?

- Ja, koppen per dag
- Zakjes oploskoffie? Ja.....koppen per dag
- Nee

6.e Drinkt u zoethout-, sterrenmunt- of minty maroccothee?

- Ja, koppen per dag Nee

6.f Gebruikt u drop / salmiak / Fishermans Friendssalmiak / Stimorol kauwgom?

- Ja, per dag Nee

7.a Eet u wel eens vette producten zoals gepaneerde of gefrituurde gerechten, vette soorten vlees en vleeswaren, volvette kaas?

- Nooit Soms.....keer per maand?
 Ja, x per week

7.b Bakken en braden in

- vloeibare boter/olie in vaste boter

7.c Eet u chocolade?

- Nooit Soms Ja, per dag
 Melk Puur Wit

8. Gewicht

- Ja, laatste tijd ongewild veel aangekomen,kg
 Ja, laatste tijd ongewild veel afgevallen,kg
 Gewicht stabiel
 Actief aan het afvallen

9.a Gebruikt u dagelijks minimaal 200 gram groente (vier opscheplepels)

- Ja
 Nee

9.b Gebruikt u dagelijks minimaal twee stuks fruit (\pm 200 gram), bijvoorbeeld appel, peer of handje aardbeien?

- Ja Nee

9.c Drinkt u suikerhoudende dranken / vruchtensappen?

- Nee Ja, aantal glazen per dag..... of per week.....

9.d Eet u dagelijks 3 maaltijden verdeeld over de dag?

- Ja Nee, ik eettijden:.....

9.e Hebt u een dieet?

- Ja,dieet.

- Nee

10.a Doet u aan sport?

- Nee

- Ja, welke vorm van sport:

Hoe vaak per week:

Aantal minuten totaal:

10.b Beweegt u regelmatig?

- Nee

- Dagelijks meer dan 1/2 uur, wat

- Dagelijks 3 x 10 minuten aansluitend, wat.....

- 150 minuten per week over meerder dagen, wat.....

11.a Snurkt u?

- Ja Nee

11.b Houdt u tijdens het slapen wel eens kortdurend op met ademen?

- Ja, hoelang: sec, x per uur

- Nee

12. Klachten

Hebt u wel eens:

A. Pijn/druk op de borst?

- Nee
 ja, hoe vaak..... wanneer.....

B. Pijn in de kuiten met lopen

- Nee
 Ja, hoe vaak..... wanneer.....

C. Tintelingen in de benen

- Nee
 Ja, hoe vaak..... wanneer.....

D. Kramp in de benen / s' nachts pijn

- Nee
 ja, hoe vaak..... wanneer.....

E. Slecht genezende wondjes

- Nee Ja

F. Dikke benen

- Nee Ja

G. Aanvallen van zweten, bleek zien, hartkloppingen en/of hoofdpijn

- Nee
 Ja: hoe vaak..... wanneer.....

H. Overige klachten

- Nee
 Ja, deze klachten zijn:

Medicatielijst, graag invullen

Noteert u ook homeopathische geneesmiddelen, alternatieve medicijnen, Chinese kruiden, smeersels en gebruik pijnstillers.

Medicament	Aantal mg	Hoe vaak per dag	Tijden van inname

Bijwerking bij medicatiegebruik in het verleden.

Noteer deze medicatie en de ervaren bijwerkingen

Medicament	Aantal mg	

Notities

Heeft u na het lezen van deze folder vragen? Wij raden u aan ze hier op te schrijven. Zo weet u zeker dat u ze niet vergeet.

INT004
09-20