

HARTPATIËNT VRAAGT ZELF

'Heartslog'; 26 jrg.; nr. 2; zomer
1994 - p. 16-17

'Als hartpatiënten bij acute klachten zelf sneller hulp inroepen, kan de sterfte aan een hartinfarct nog verder dalen,' zegt dr. R. Beunderman. Bij zijn promotieonderzoek, dat financieel werd gesteund door de Nederlandse Hartstichting, stuitte hij op het probleem dat er een groep patiënten is die te laat om hulp vraagt. De oorzaak: angst.

Heel belangrijk bij de vraag of iemand een hartinfarct overleeft, is de tijd die nodig is om in het ziekenhuis te komen. Juist hartpatiënten moeten snel worden geholpen, omdat de kans op ernstige ritmestoornissen en plotselinge dood erg groot is.

Om zijn doctorstitel te verwerven, verrichtte dr. R. Beunderman, psycholoog, een belangrijk onderzoek op de hartafdeling van het Academisch Medisch Centrum in Amsterdam. Hij vertelt: 'De tijd die nodig is om in het ziekenhuis te komen, is nu sterk teruggebracht. De twintig minuten die dat gemiddeld vergt, kan eenvoudigweg niet minder. Als de hulp van een arts wordt ingeroepen, ontstaat er gemiddeld een vertraging van 30 tot 35 minuten. Behalve

zijn aanrijdtijd is ook het moment waarop de ambulance ingeschakeld wordt, een belangrijke factor.'

Uit het onderzoek van de heer Beunderman blijkt dat 'de belangrijkste tijdwinst ontstaat als patiënten zelf sneller doelgericht optreden. Maar dan moeten zij wel in de gaten hebben wat er aan de hand is.' Bovendien, ontdekte de onderzoeker, is er een groep mensen die uit angst hun hartklachten verbergen of wegweuven.

Olifant

Dr. Beunderman geeft een voorbeeld van zo'n patiënt: 'Mijnheer X is omstreeks 55 jaar en een hard werkende man. Hij behoort tot het middenkader van een bedrijf en moet vaak opdrachten uitvoeren. Hij kan zich slecht ontspannen, en in zijn familie komen hartkwalen voor. Hij rookt en heeft andere riskante leefgewoonten. Op een gegeven moment kan hij de druk niet meer aan. Hij is snel vermoeid en heeft last van benauwdheid, die steeds maar terugkomt. Hij vraagt zich af of het om een griepje gaat. Hij praat er niet veel over, maar zijn vrouw is ongerust. Hij bezweert haar dat er geen gevaar dreigt. Op een gegeven moment echter, als een donderslag bij heldere hemel, heeft hij een gevoel alsof er een olifant op zijn borst staat. Hij denkt dat het wel over zal gaan en gaat met een beker warme melk op de bank liggen. Zijn gealarmeerde vrouw remt hij af als zij erop aandringt om de dokter te bellen. Hij doet haar bezorgdheid



af als 'gezeur'. Dit uitstel kan echter zeer riskant zijn.'

Vrijwel elke huisarts ziet een paar maal per jaar zulke patiënten. Doordat huisartsen in de grote steden vaak worden vervangen, ontstaat er vertraging.

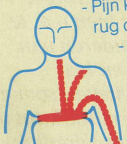
Stappenplan

Dr. Beunderman: 'Voorafgaand aan het infarct blijken veel hartpatiënten een bezoek te brengen aan hun arts. Deze zou dan bij patiënten die al eerder een hartinfarct hebben doorgemaakt,

HERKEN DE VOORTEKENEN VAN EEN HARTINFARCT...

Symptomen:

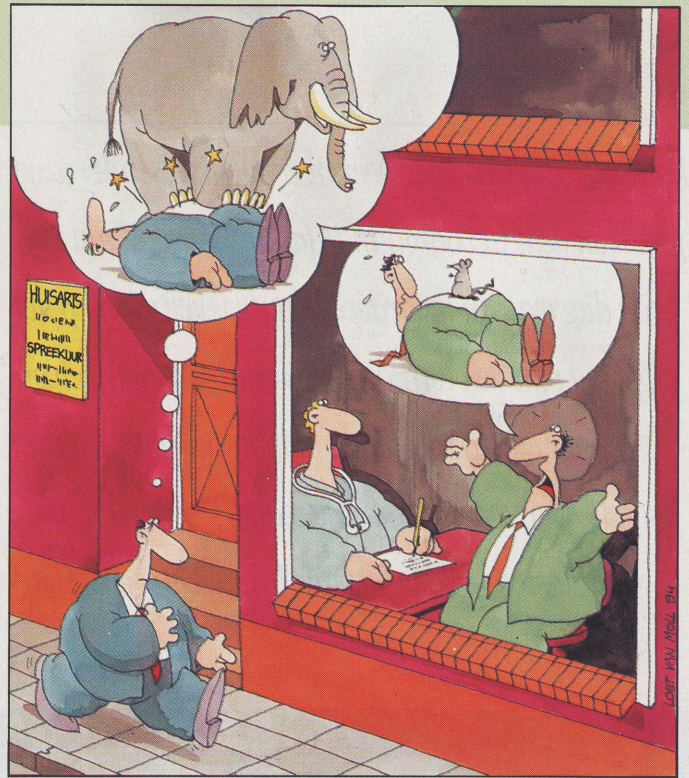
- Hevig samentrekkende pijn middenvoor in de borst.
- Pijn houdt langer aan dan 15 minuten, ook als men rustig zit of ligt.
- Transpireren en onrust, misselijkheid en braken kunnen voorkomen.
- Pijn kan uitstralen naar hals, rug of armen.



- N.B.: Korte scherpe steken op één plaats op de borst wijzen vrijwel nooit op een hartinfarct.

 **nederlandse hartstichting**
vrienden van de hartstichting

VAAK TE LAAT OM HULP



ER ZIJN TWEE GROEPEN HARTPATIENTEN...

voordoen. Vooral mensen uit de onmiddellijke omgeving van de patiënt - op het werk en thuis - dienen van de hartklachten op de hoogte te worden gebracht, zodat zij zo nodig alarm kunnen slaan en, indien nodig, kunnen reanimeren. Door de sociale omgeving in te schakelen bij het snel inroepen van gespecialiseerde hulp, kan men erger voorkomen.'

Andere groep trekt onnodig aan de bel

Naast patiënten die hun -serieuze - klachten verbergen, is er een groep die juist onnodig aan de bel trekt. Ze voelen zich ziek en hebben gezondheidsklachten, maar de arts vindt geen afwijkingen aan het hart. Het is van belang dat deze patiënten niet op de intensive care terecht komen, want daar horen zij niet thuis. Uit het onderzoek van Dr. Beunderman blijkt dat deze groep patiënten van tevoren de huisarts vaker bezoekt. Hun bezoeken in de weken vóór een eventuele ziekenhuisopname vergen meestal meer tijd dan bij acute infarctpatiënten. Zij komen met allerlei gezondheidsklachten, die feitelijk op hun angsten zijn terug te voeren. In de loop van hun leven hebben zij ervaren dat hun psychische nood niet serieus wordt genomen. 'Het gaat wel weer over' werd er dan gezegd. Maar

wanneer zij hun klachten in lichamelijke aandoeningen vertaalden, bleken omstanders er ineens wel op in te gaan. Zo komt het dat patiënten in deze categorie veelvuldig artsen consulteren. Zij bezoeken soms zelfs meer dan eens per etmaal een EHBO-post en zijn erg bang voor herhaling van een hartinfarct. Om dit probleem op te lossen, zouden deze patiënten beter moeten leren communiceren. Met voorlichting moet eraan gewerkt worden dat zij minder vaak ten onrechte medische hulp vragen.

heel helder uiteen moeten zetten wanneer zij zijn hulp moeten inroepen. Hij zou samen met de patiënt en diens partner een stappenplan moeten opstellen voor noodgevallen. De eerste stap kan zijn dat met medicijnen en veran-

dering van leefstijl een eventueel naderend onheil kan worden bezworen.

Een dergelijke opzet moet ook gericht zijn op een snelle hulpverlening indien zich onverhoopt toch een calamiteit zou

...EN REAGEER ONMIDDELIJK.

- Bel onmiddellijk de huisarts of direct de ambulance: 06-11
- Patiënt rustig laten liggen, het liefst op de begane grond, in afwachting van medische hulp. Kortademige patiënten kunnen het beste wachten in zithouding.
- Vermijd emotie of inspanning.
- Belangrijk is snelle opname in een ziekenhuis met een hartbewakingsafdeling. De behandeling moet zo snel mogelijk kunnen beginnen.

HART KLACHTEN ZIJN ÉCHT ALARM
ALARM 06-11
ALS ELKE SECONDE TELT