

# Nazorg ICD

## Instructies voor thuis

U heeft in Noordwest Ziekenhuisgroep een ICD gekregen. In deze folder vindt u uitleg over leefregels en instructies voor de verzorging van uw wond. Ook vindt u in deze folder wie u van locatie Alkmaar moet waarschuwen bij klachten en als uw ICD is afgegaan.

### Leefregels

#### Beweeg uw arm niet boven schouderhoogte

U mag uw arm aan de kant waar de ICD is ingebracht voor 4 weken niet boven schouderhoogte bewegen. Op die manier kunnen de elektroden goed in de hartwand vastgroeien. Verder is het belangrijk dat u uw arm normaal gebruikt. Zo voorkomt u dat uw arm vast gaat zitten (frozen shoulder).

#### Vermijd krachtsinspanning

Om ervoor te zorgen dat de elektroden goed in de hartwand vastgroeien, moet u de eerste 6 weken extra voorzichtig zijn met activiteiten waar u kracht voor moet zetten. Denkt u aan tillen, rekken, strekken en druk op uw arm. U kunt daarom de eerste 4 tot 6 weken beter ook niet fietsen. Als de elektroden eenmaal goed vast zitten, mag u uw arm en schouder weer gewoon gebruiken en bewegen.

#### Vermijd (contact)sporten waarbij u uw arm veel beweegt

We adviseren u om ook na uw herstel geen contactsporten meer te beoefenen. Denkt u aan judo, boksen of rugby. Ook sporten waarbij u uw arm veel beweegt zoals bij tennis, golf, gewichtheffen en kanoën, kunt u beter niet dagelijks doen. Dit is belangrijk om slijtage van de elektroden te voorkomen.

### Reizen

We adviseren u om tijdens de ingroeifase (4 tot 6 weken) van de elektroden in het hart geen buitenlandse reis te maken.

### Autorijden: een aangepast rijbewijs

Om weer te mogen autorijden heeft u een aangepast rijbewijs nodig. Dit rijbewijs past bij uw nieuwe gezondheidssituatie. Voor het aanvragen van een aangepast rijbewijs is een verklaring van uw cardioloog vereist. Dit wordt geregeld via [mijnCBR.nl](https://mijnCBR.nl).

U mag 2 weken na implantatie een nieuw rijbewijs aanvragen. Heeft u na een reanimatie een ICD gekregen? Dan mag u na 2 maanden een nieuw rijbewijs aanvragen.

## **Loopt uw rijbewijs af?**

- als uw huidige rijbewijs afloopt op of na de dag dat u 75 jaar wordt, dan heeft u voor het rijbewijs A, B en BE een keuringsrapport nodig van een huisarts
- bent u nog geen 75 jaar op de datum dat uw huidige rijbewijs verloopt, dan wordt uw rijbewijs nog verlengd zonder dat u extra gekeurd hoeft te worden

## **Beroepsmatig**

Voor beperkt beroepsmatig gebruik heeft u een rijbewijs met code 101 nodig. Vraag uw ICD technicus/verpleegkundige ernaar.

Voor de overige rijbewijzen krijgt u geen toestemming meer. Uitgebreide informatie over rijbewijzen kunt u vinden op [www.stin.nl](http://www.stin.nl) of in de folder 'ICD, Wat moet u hierover weten'.

## **Autorijden en ICD schok**

Houdt u er rekening mee dat er opnieuw een rijverbod van 2 maanden geldt, als de ICD een schok heeft afgegeven. Het aanvragen van een nieuw rijbewijs is niet nodig.

## **Uw mobiel**

U kunt uw mobiele telefoon gewoon gebruiken. Maar om storing van uw ICD te voorkomen, mag u de telefoon niet te dicht bij uw ICD houden. Houd minimaal 15 cm afstand. Gebruik en draag uw mobiele telefoon daarom alleen aan de niet-geïmplanteerde zijde.

## **Huishoudelijke apparatuur**

U kunt de meeste huishoudelijke apparatuur gewoon gebruiken, zoals elektrische ovens, magnetrons etc. Dit geldt ook voor inductiekookplaten en -ovens. Buig er alleen niet overheen en ga er niet tegenaan staan. Twijfelt u over het wel/niet gebruiken van een elektrisch apparaat? Neem dan contact op met de pacemaker/ICD-polikliniek.

## **Elektrisch gereedschap**

Wees voorzichtig met elektrisch gereedschap: houd het op ongeveer 30 cm afstand van uw ICD.

## **Vertel alle zorgverleners altijd dat u een ICD draagt**

Komt u voor een onderzoek of behandeling in het ziekenhuis? Vertel dan altijd dat u een ICD draagt. Geef dit ook altijd door aan andere zorgverleners zoals uw fysiotherapeut, tandarts, schoonheidsspecialist, enzovoort.

## **Verzorging van de wond**

### **Huid-lijm**

Als de wond gelijmd en droog is, dan mag u de volgende dag gewoon douchen. Er hoeft geen pleister meer op. Baden en zwemmen wordt de eerste 7 dagen afgeraden omdat de lijm dan kan losweken. Gebruikt geen zalf of spray omdat dit de lijm oplost. Na 5 tot 10 dagen valt de huid-lijm er vanzelf af.

## **Draadhechtingen**

Als de wond gehecht is, krijgt u bij uw ontslag grote pleisters mee voor het verbinden van de wond. Verbind de wond zonodig met een pleister. Dit is nodig als de wond nog niet droog is.

Zodra de wond na ongeveer 3 dagen goed genezen en droog is, is een pleister niet meer nodig en mag u ook douchen zonder pleister. Is de wond nog niet droog, dan kunt u wel douchen maar maak de wond niet nat.

## **Controleafspraak**

U heeft 10 tot 14 dagen na implantatie een controleafspraak op de pacemaker/ICD-polikliniek. U krijgt daarvoor een afspraak mee. De eventuele hechtingen worden dan verwijderd, de wond wordt bekeken en uw ICD wordt nogmaals gecontroleerd.

## **Bloedverduunners**

U mag in overleg met de arts weer starten met bloedverduunners (in te vullen door uw zorgverlener):

- dit mag op ..... in de ochtend/avond
- volgens uw eigen schema
- anders, namelijk .....

## **Wanneer waarschuwt u het ziekenhuis?**

Hieronder staat in welke situaties en bij welke klachten u contact moet opnemen met Noordwest Ziekenhuisgroep, locatie Alkmaar. Op werkdagen, binnen kantoortijden, kunt u contact opnemen met de pacemaker/ICD-polikliniek. Buiten kantoortijden en bij acute problemen kunt u overleggen met de eerste hart-long hulp (EHLH).

Bij vragen over uw afspraak of het verzetten van uw afspraak kunt u de hart-longpolikliniek bellen.

## **Klachten**

Neem bij (een van) de volgende klachten contact op met het ziekenhuis:

- bij roodheid van de wond
- als de wond abnormaal dik wordt
- bij een nabloeding
- bij geel beslag op de wond
- bij koorts van méér dan 38,5 °C vlak na de operatie

## **ICD**

Verder is het belangrijk dat u het ziekenhuis waarschuwt als:

- de ICD een schok heeft afgegeven
- u een ernstige ritmestoornis bemerkt of als u buiten bewustzijn bent geraakt
- de ICD pieptonen geeft

## **Medicijnen**

Neem contact op met uw cardioloog als u uw medicijnen niet meer goed verdraagt en uw huisarts u andere medicijnen wilt voorschrijven.

## Krijgt u een onderzoek of behandeling?

Neem contact op met uw cardioloog en/of de pacemaker/ICD-polikliniek als u een van de volgende onderzoeken en/of behandelingen moet ondergaan:

- Ultra Korte Golf (UKG)-behandeling
- bestraling
- MRI-scan; de cardioloog bepaalt in overleg of een MRI-scan mogelijk is
- een grote medische ingreep of een ingreep onder algehele narcose

Uw ICD moet in dit geval waarschijnlijk tijdelijk uitgeschakeld worden.

## Uw vragen

Heeft u vragen? Stel deze dan gerust.

## Belangrijke telefoonnummers Noordwest Ziekenhuisgroep, locatie Alkmaar

- pacemaker/ICD-polikliniek: 072 – 548 2714
- hart-long polikliniek: 072 – 548 2700
- eerste hart-long hulp (EHLH): 072 – 548 4321
- algemeen alarmnummer: 112

## Meer informatie

Meer informatie over implantatie van een ICD vindt u in onze folder 'ICD, wat u hierover moet weten'. U vindt deze folder op [www.nwz.nl/patientenfolders](http://www.nwz.nl/patientenfolders)

U kunt ook terecht op [www.hartstichting.nl](http://www.hartstichting.nl)