



Hartrevalidatie

CNE 10 mei 2016

Anneke Venema-Vos

Verpleegkundig coördinator hartrevalidatie

Werkgroeplid hartrevalidatie van de NVHV



Definiëring van Hartrevalidatie

het geheel aan activiteiten dat nodig, is na een cardiaal incident, om de onderliggende oorzaak van de ziekte gunstig te beïnvloeden en er bovendien voor te zorgen dat de patiënt in de best mogelijke fysieke, psychische en sociale conditie verkeert om naar de voor hem / haar normale plaats in de maatschappij terug te keren en deze te behouden



Bewezen effecten hartrevalidatie

- 50% minder kans op nieuwe hartproblemen
- 30 % minder kans op sterfte door hartproblemen



Hartrevalidatie: voor wie?

Absolute indicatie voor patiënten met ontslagdiagnose:

- Patiënten met een acuut coronair syndroom, waaronder een STEMI
- Patiënten die een PCI hebben ondergaan
- Patiënten die een CABG hebben ondergaan
- Patiënten met (in)stabiele angina pectoris

Hartrevalidatie voor wie?

Relatieve indicatie

(wetenschappelijk onderzoek minder sterk)

- ICD/PM hebben implantatie
- Patiënten met hartfalen
- Patiënten die een hartklepoperatie hebben ondergaan
- Patiënten met (behandelde) ritmestoornissen
- Reanimatie/ aangeboren afwijkingen/ transplantatie etc



Hartrevalidatie door wie? Multidisciplinair team.

- Cardiologen
- Verpleegkundigen (coördinator)
- Fysiotherapeuten
- Psychologen
- Medisch maatschappelijk werk
- Diëtisten

- Sportartsen
- Revalidatieartsen
- ergotherapeut

Wekelijks MDO





De drie fases in de hartrevalidatie

- Fase I of klinische fase
- Fase II of revalidatie fase
- Fase III of postrevalidatie fase



Fase 1 revalidatie

- Aanmelding hartrevalidatie door behandeld cardioloog
- Uitleg ziektebeeld en gevolgen voor het lichaam
- Risicofactoren
- Onderzoeksuitslagen
- Leefregels na ontslag
- Medicijngebruik/isordil(isordiltest)
- Eventueel sub-maximaal symptoomgelimiteerde ergometrietest



Onderdelen van de Fase II revalidatie

- Intake gesprek
- Info-module
- PEP-module
- FIT-module en eventueel een ontspanningsmodule
- Individuele begeleiding
- Eindevaluatie

INTAKE GESPREK

- Maximale ergometrietest
- Uitleg ziektebeeld en medicatie
- Screening en indicatiestelling m.b.v. vragenlijsten en een beslisboom

Doelen vaststellen

- Fysieke doelen
- Psychische doelen
- Sociale doelen

- Beïnvloeden van risicogedrag



Mediscore CARDDS

Cardiac Rehabilitation Decision Support System

Registratie - Patiënt

Personalia

Patiëntnummer Patiëntnummer: veld is verplicht.

BSN

Voorletters / roepnaam

Tussenvoegsel / achternaam

Tussenvoegsel / achternaam partner

Geboortedatum

Geslacht

Burgerlijke staat

Onderwijs gevolgd tot (leeftijd) jaar

Nationaliteit

Tweede nationaliteit

Adres

Straat + huisnummer

Postcode / woonplaats

Land

Telefoon 1

Telefoon 2

E-mailadres



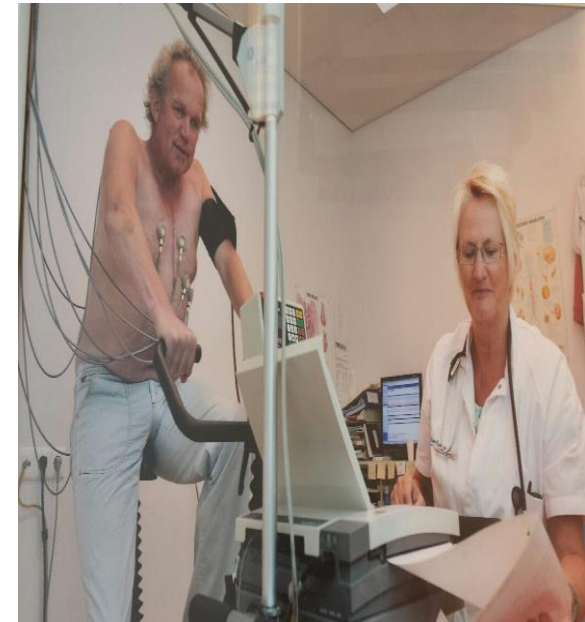
Informatie-module 4 bijeenkomsten van 2 uur

- Cardioloog
- Diëtiste
- Maatschappelijk werk
- Psycholoog
- (Fysiotherapie)



FIT-Module: fysiotherapieprogramma

- Ergometrietest/spiro-ergometrietest.
 - Kapstok voor de maximale belastbaarheid.
 - Noodzakelijk voor berekenen trainingshartslag.
- 4 tot 12 weken 2 keer per week minimaal 1 uur trainen



Inhoud Fysiotherapieprogramma

- Hartrevalidatie KNGF-richtlijn
- Warming up
- Sport en spel
- Cardiofitness
- HIT-training bij hartfalen
- Ontspanning



Fysieke revalidatie doelen

Leren kennen van fysieke grenzen

Leren omgaan met fysieke beperkingen

Optimaliseren van het inspanningsvermogen

Overwinnen van angst voor inspanning
(*psychologisch*)

Ontwikkelen en onderhouden van een
lichamelijk actieve leefstijl
(*secundaire preventie*)



PEP-module of Leefstijl-module

Algemene doelen:

- Herstellen van emotioneel evenwicht
- Op een functionele manier omgaan met de hartziekte
- Ontwikkelen van een gezonde leefwijze

(**B**ewegen)

(**R**oken)

(**A**lcoholgebruik)

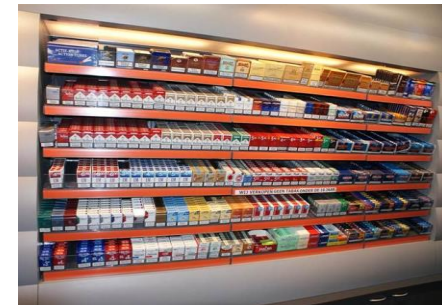
(**V**oeding)

(**O**ntspanning)



Inhoud leefstijl-module

- Stress
- Rationeel emotieve therapie (RET)
- Communicatie
- Mindfulness
- Somberheid
- Gedragstijlen (perfectionisme/supermancomplex)
- Huiswerkopdrachten
- Ontspanningsoefeningen
- Motivatie op peil houden/ noodplan



Individuele begeleiding

- Medisch maatschappelijk Werk
- Psycholoog
- Diëtiste



(sport-cardioloog, ergotherapeut..)



Evaluatie hartrevalidatie

- Tussen evaluaties
- Eind ergometrie en eindgesprek
 - evaluatie revalidatiedoelen
 - hoe verder in de thuissituatie?
- Brief naar de cardioloog en de huisarts
- Patiëntenenquête
- Follow-up (Borgen 3^e fase)

'Weer vertrouwen in mijn lichaam'
Hartrevalidatie helpt!

Bewezen effecten hartrevalidatie:
- 50% minder kans op nieuwe hartproblemen
- 30% minder kans op sterfte door hartproblemen

Lees verder en neem deze folder mee naar uw cardioloog.

De Hart & Vaatgroep
VAN EN VOOR MENSEN MET EEN HART, OF VAATZIEKTE

Nieuwe ontwikkelingen

- Telerevalidatie
- E-health/ telemonitoring
- Thuis training
- Samenwerking 1^e lijns
- Terugverwijzen naar de huisarts.



Prachtig programma, maar lage instroom

36% van de geïndiceerde patiënten neemt deel aan de hartrevalidatie.

Instroom **STEMI** in de hartrevalidatie is een kwaliteitsindicator inspectie voor alle ziekenhuizen.

Instroom in 2012: 64%, 2014: 76%



Inspectie voor de Gezondheidszorg
Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport

Barrières bij hartrevalidatie

- Verwijzing door cardioloog is noodzakelijk
- Reisafstand
- mobiliteit
- co-morbiditeit
- Attitude over hartrevalidatie
- Laag self-efficacy
- Angst/ depressie/ verlies van gezondheid
- Werkdrempel
- Taalbarrière



VRAGEN?

Bedankt voor de aandacht.