

# Pacemaker - Leefregels na ontslag

Algemeen	2
De wond en leefregels	2
Wat u niet mag doen de eerste zes weken na de operatie (voor pacemaker wissel gelden geen mobilisatie beperkingen)	3
Telefoneren	3
Autorijden	4
Medicatie	4

## Algemeen

U was opgenomen op afdeling B2 Cardiologie/Longziekten in ziekenhuis Nij Smellinghe. Na de ingreep waarbij een pacemaker is geplaatst, komt u weer thuis in uw eigen omgeving. Er zijn een paar leefregels waar u zich een bepaalde periode aan moet houden. Deze periode heeft u afgesproken met uw arts. In deze folder leest u deze leefregels.

Het is belangrijk dat u, na thuiskomst, let op eventuele veranderingen:

- Het gebied rondom de wond wordt dik
- Het gebied rondom de wond en de wond zelf worden rood
- Na drie dagen komt er nog vocht of bloed uit de wond
- De randen van de wond gaan open staan
- U krijgt koorts (boven de 38 graden Celsius)

2

Als één van de bovenstaande veranderingen optreedt, neemt u, tot uw controleafspraak, contact op met het ziekenhuis. Tijdens kantooruren neemt u contact op met de polikliniek Cardiologie op telefoonnummer (0512) 588 806, buiten kantoor tijden belt u de Spoedeisende Hulp (SEH) op telefoonnummer (0512) 588 145.

Heeft u na de controleafspraak weer klachten? Neem dan contact op met uw huisarts.

## De wond en leefregels

Op de dag na ingreep wordt de pleister vervangen. U krijgt ook een pleister mee naar huis.

Er wordt gewerkt met oplosbare hechtingen, deze hoeven dus niet verwijderd te worden.

- U mag de eerste 48 uur na de ingreep kortdurend douchen (<10min)
  - Bij nog lekken van de wond, de pleister vervangen
  - Indien droog, geen nieuwe pleister
- De eerste maand mag de wond niet langdurig nat zijn (bad, zwemmen)

### **Wat u niet mag doen de eerste zes weken na de operatie (voor pacemaker wissel gelden geen mobilisatie beperkingen)**

- Maak geen plotselinge bewegingen met uw arm of schouder en breng de arm aan de kant waar de pacemaker is geplaatst niet boven het hoofd. U mag dus ook geen haren wassen of kammen
- Til geen zware dingen (meer dan vijf kilo), verricht geen zwaar lichamelijk werk en lever geen zware inspanning. Rustig wandelen of fietsen mag wel
- Maak geen bewegingen die een zaagbeweging in uw schouder veroorzaken, zoals bij stofzuigen en dweilen. Beweeg wel uw arm en schouder rustig en losjes

Zes weken na de operatie mag u uw arm boven het hoofd tillen en uw normale activiteiten weer gaan doen.

### **Telefoneren**

Voer geen telefoongesprekken met uw mobiele telefoon waarbij u de telefoon aan de kant houdt waar de pacemaker is ingebracht. Geadviseerd wordt om minimaal 15 cm tussen de telefoon en de pacemaker te houden. De pacemaker kan tijdelijk beïnvloed worden door te lang bloot te staan aan de straling.

## **Autorijden**

U mag gedurende twee weken na de pacemaker implantatie niet autorijden.

Wanneer u een pacemaker heeft gekregen omdat u buiten bewustzijn geraakt bent. Dan mag u pas weer autorijden nadat de pacemaker gecontroleerd is door de pacemaker technicus (deze afspraak is meestal na ongeveer vijf weken).

## **Medicatie**

U mag maximaal vier keer per dag twee tabletten van 500 mg paracetamol innemen tegen de pijn.

Als u meer wilt weten, verwijzen wij u naar de brochure 'Pacemaker' van de Hartstichting op <https://www.hartstichting.nl/downloads/brochure-pacemaker>.