

# Pacemaker - Leefregels na ontslag

Algemeen	2
De wond	2
Leefregels	2
Wat u niet mag doen de eerste zes weken na de operatie	3
Telefoneren	3
Autorijden	3
Medicatie	4

## Algemeen

U was opgenomen op afdeling B2 Cardiologie/Longziekten in ziekenhuis Nij Smellinghe. Na de operatie 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

Op de dag na ingreep wordt de pleister vervangen. U krijgt een pleister mee naar huis. Op dag 3 na ingreep wordt de pleister nogmaals vervangen.

## Leefregels

### *Lichamelijk herstel*

- Op dag 4 na de ingreep mag de pleister eraf, mits de wond droog is, en mag u douchen.

## Wat u niet mag doen de eerste zes weken na de operatie

- 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 5 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.

3

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.

## **Authorijden**

U mag gedurende 1 week na de pacemaker implantatie niet autorijden.

Heeft u een groot rijbewijs (vrachtwagen/bus), dan mag u twee weken 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 5 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>.