

Het meemaken van een hartincident is een heftige gebeurtenis die men niet voor een tweede keer mee willen maken. In de informatiebijeenkomsten bieden wij u informatie waardoor u beter kunt begrijpen wat er met u is gebeurd. De informatie helpt u om zo goed mogelijk met uw hartaandoening om te gaan. Bij alle informatiebijeenkomsten is een introductie van harte welkom.

Op de website van Basalt kunt u zien op welke dagen en tijden deze lezingen worden aangeboden. Ga hiervoor naar onze site: basaltrevalidatie.nl/informatiebijeenkomsten/voorlichtingsbijeenkomsten-hartrevalidatie.

Medische informatie en risicofactor

In deze module krijgt u informatie over:

- De werking van het hart
- wat ritmestoornissen zijn en wat ze betekenen
- waar de pijn op de borstklachten vandaan komen
- wat een hartinfarct is en hoe u het herkent

U hoort wanneer het verstandig is een dokter te waarschuwen. U krijgt verder informatie over wat een dotteroperatie precies is, wat een stent is en wat een bypass operatie is.

Verder krijgt u informatie over het soort en het gebruik van een aantal medicijnen die u van uw cardioloog krijgt en waar ze voor dienen. U krijgt tips over een aantal zaken die het risico op een hartaandoening verkleinen en wat u beter maar niet kunt doen.

Er is gelegenheid tot het stellen van vragen van algemene aard. Als u vragen hebt over uw eigen medicatie of behandeling dan raden wij u aan dit te bespreken met één van uw begeleiders in het hartrevalidatie-programma of een afspraak te maken met uw eigen cardioloog.

Informatiebijeenkomst psychosociale factoren

Er kunnen allerlei vragen ontstaan, zoals “wat kan ik nog” en “hoe ga ik om met de angst voor een nieuw incident?”

Wellicht merkt u verandering in uw stemming of hebt u moeite zich te concentreren. Basalt vindt het belangrijk om niet alleen aandacht aan het fysieke functioneren te besteden, maar ook aan de mentale gevolgen van een hartincident. Dit kan zorgen voor meer inzicht in de relatie tussen lichaam en geest en de invloed die ze op elkaar hebben.

Tijdens de informatiebijeenkomst worden de volgende onderwerpen door een psycholoog of maatschappelijk werker besproken:

- risicofactoren bij hartklachten
- verwerking en emoties
- partner en sociale omgeving
- werkhervatting

U krijgt informatie over de beïnvloedbare en niet-beïnvloedbare risicofactoren bij hart- en vaatklachten.

Verder bespreken we welke emoties er allemaal kunnen optreden in een verwerkingsproces. Deze reacties kunnen zowel bij uzelf als bij uw naaste omgeving voorkomen. We staan stil bij hoe u en uw omgeving met deze reacties om kunnen gaan en wanneer het belangrijk is om begeleiding in te schakelen. Daarnaast komen algemene adviezen rondom arbeidsreïntegratie aan de orde.

Film

De onderwerpen komen terug in een korte film over een voormalige hartrevalidant.

Duur bijeenkomst

De bijeenkomst is eenmalig en duurt maximaal anderhalf uur. Er is gelegenheid tot vragen stellen.

