

Naar huis na een beroerte

Informatie voor mensen die een beroerte hebben doorgemaakt

UMC St Radboud

Patiënteninformatie



U bent opgenomen geweest in het UMC St Radboud omdat u een beroerte of een TIA heeft gehad.

Het blijkt dat veel patiënten pas daarna tegen vragen aanlopen, bijvoorbeeld over de medicatie, het opnieuw ervaren van klachten passend bij een beroerte of een TIA en vragen over werken, sporten en/of autorijden. Verder kan het ook dat u nog klachten ervaart. In deze folder leest u algemene informatie en waar u met uw vragen terecht kunt.

Medicatie

Na een beroerte gebruikt u medicijnen. Hieronder de drie meest voorkomende medicijnen na een beroerte:

- Ascal (Carbasalaatcalcium) is een bloedverdunner. Bijwerkingen: maagklachten zoals zuurbranden, misselijkheid, braken en diaree. Ascal moet u op de nuchtere maag innemen!
- Persantin (Dipyridamol) is een bloedverdunner die in combinatie met Ascal wordt gegeven. Bijwerkingen: hoofdpijn, duizeligheid, diaree, lage bloeddruk en spierpijn.
- Simvastatine (Zocor): voor een verhoogd cholesterol. Bijwerkingen: spierpijn, braken, misselijkheid, obstipatie, diaree en duizeligheid.

De meeste van de bijwerkingen verdwijnen binnen enkele weken. Vind u de bijwerkingen te hinderlijk of heeft u er na enkele weken nog steeds last van neem dan contact op met uw huisarts of de CVA nazorgpolikliniek.

Opnieuw klachten

Ervaart u opnieuw dezelfde klachten waarvoor u werd opgenomen of andere neurologische klachten zoals het niet meer of slechter kunnen spreken, zien, bewegen van arm en/of been, een scheef gezicht of een veranderd gevoel in gezicht, arm of been? Neem dan onmiddellijk contact op met uw huisarts.

Vermoeidheid

Bij 90% van de mensen die een beroerte hebben doorgemaakt, komt vermoeidheid voor.

Tips om met deze vermoeidheid om te gaan:

- Bedenk 's ochtends welke activiteiten er die dag gepland staan.
- Verdeel de activiteiten over de hele dag.
- Plan momenten met rust in.
- Concentreer u op één activiteit per keer.
- Doe een middagdutje als u daar zin in hebt en neem voldoende nachtrust.

- Plan na een drukke dag weer een rustige dag.
- Houd er rekening mee dat iedere activiteit meer tijd en energie kost.

Werken en sporten

Inspanning kan geen kwaad als u een beroerte heeft gehad. U moet zelf kijken of u dit lichamelijk en psychisch aankunt. Wij adviseren u om rustig aan te beginnen met lichaamsbeweging zoals wandelen, fietsen en sporten. In principe is er geen bezwaar om te gaan werken. Veel mensen hebben echter tijd nodig om te verwerken wat er is gebeurd en om te kunnen gaan met eventuele beperkingen.

Autorijden

Na een beroerte mag u zes maanden niet zelf autorijden. Na een TIA geldt deze beperking niet, tenzij u (vrachtwagen)chauffeur bent.

U dient het CBR zelf van uw beroerte op de hoogte te stellen. Via de nazorgpolikliniek helpen wij u graag met praktische tips wanneer en hoe dit te regelen.

Nazorgpolikliniek

Vier tot acht weken na ontslag komt u terug op de CVA-nazorgpolikliniek. U ontvangt hiervoor thuis een oproep.

Op de nazorgpolikliniek wordt besproken hoe het met u gaat en tegen welke problemen u of uw naasten eventueel aanlopen. Na dit bezoek wordt u doorverwezen naar de leefstijlpolikliniek waar de risicofactoren die mogelijk een rol speelden bij uw beroerte (zoals roken, overgewicht, diabetes, hoge bloeddruk, weinig lichaamsbeweging, of verkeerde voeding) met u worden besproken. Door een gerichte behandeling wordt geprobeerd deze risicofactoren te verminderen.

Vragen?

Heeft u al vragen voordat u op de polikliniek komt, dan kunt u maandag t/m vrijdag van 9.00 tot 17.00 uur bellen naar: 024 - 361 66 00.

Extra informatie

Voor extra informatie of lotgenotencontact:

www.CVA-samenverder.nl

www.hartstichting.nl

www.hersenstichting.nl

Adres

Bezoekadres

Polikliniek Neurologie/Neurochirurgie
UMC St Radboud Oost
Reinier Postlaan 4, route 943
Nijmegen

Telefoonnummer

024 - 361 66 00

© UMC St Radboud
overname van (gedeelten uit)
deze tekst is uitsluitend
mogelijk na schriftelijke
toestemming van
Staf Concerncommunicatie