

Interne geneeskunde
040 286 4873

Naam: _____

Geboortedatum: _____

Jouw specialist of huisarts heeft je doorverwezen naar de cardiovasculaire risicopolikliniek omdat je een hart- en vaatziekte hebt of een verhoogde kans hierop.

Wat is de cardiovasculaire risico polikliniek (CVR-polikliniek)?

Cardiovasculaire aandoeningen, beter bekend als hart- en vaatziekten ('cardio' betekent hart, 'vasculair' betekent bloedvaten), komen in Nederland regelmatig voor. De oorzaak is meestal slagaderverkalking (atherosclerose).

Bij de cardiovasculaire risico polikliniek krijg je uitleg over: wat hart- en vaatziekten zijn, waarom er medicatie voorgeschreven is en over onderzoeken. Ook bespreken we eventuele risicofactoren en kijken we samen naar je leefstijl. Met shared decision making, oftewel gezamenlijke besluitvorming, wordt samen met jou gekeken wat je wil én kan doen om de kans op hart- en vaatziekten te verkleinen. Ieder mens is uniek en maakt hierbij zijn of haar eigen keuzes. Gezondheid is een belangrijk bezit en indien hierin iets veranderd staan we daar nog meer bij stil.

Bij de CVR-polikliniek werken gespecialiseerde vasculair verpleegkundigen (vaatverpleegkundigen) in nauwe samenwerking met de internist.

Wat houdt het vaatrisico spreekuur in?

Bij verwijzing door je specialist doorloop je een ander behandeltraject dan bij verwijzing door je huisarts. Hierna beschrijven wij beide behandeltrajecten. De voorbereiding voor beide trajecten is hetzelfde.

Vorbereiding op de afspraak

Wij verzoeken je het volgende mee te nemen naar je eerste afspraak:

- De door jou ingevulde vragenlijst in deze folder
- Zorgpas of polisgegevens
- Geldig legitimatiebewijs

Verder vragen wij jou om bij iedere afspraak mee te nemen:

- Een actueel overzicht van de medicatie die je gebruikt en de vitamines en mineralen die je op eigen initiatief inneemt.

Waar vindt de afspraak plaats

Op de dag van de afspraak ga je naar de **wisselpolikliniek, 1e etage route 64**. Je hoeft je niet te melden. Je kunt plaatsnemen in de wachtkamer. De vaatverpleegkundige roept je binnen.

1. Behandeltraject bij verwijzing door de specialist

Eerste afspraak

Je eerste afspraak bij de CVR-polikliniek vindt plaats met de vaatverpleegkundige. De vaatverpleegkundige besteedt aandacht aan:

- inventarisatie van jouw gezondheid en leefstijl;
- controle van jouw bloeddruk;
- het opstellen van een risicoanalyse voor hart- en vaatziekten;
- uitleg geven over de bestaande risicofactoren;
- het geven van leefstijladviezen op maat, met als doel jouw risico op hart- en vaatziekten te verkleinen. Bijvoorbeeld meer bewegen, gezonde voeding en een goede bloeddruk.
- de door jou gebruikte medicatie.

Wij nemen voldoende tijd om eventuele vragen en/of onduidelijkheden met jou te bespreken. Deze afspraak duurt ongeveer één uur.

Tweede afspraak

De tweede afspraak is een combinatie afspraak: je spreekt met de vaatverpleegkundige en aansluitend (ervoor of erna) met de internist.

Vaatverpleegkundige

Deze afspraak duurt ongeveer een half uur. Aandacht wordt besteed aan:

- vervolgccontrole van jouw bloeddruk;
- doorspreken van de bestaande risicofactoren;
- het doornemen van de afspraken die met jou gemaakt zijn.

Internist

Tijdens deze afspraak vindt het volgende plaats:

- lichamenlijk onderzoek;
- bespreken van jouw voorgeschiedenis en eventuele klachten;
- beoordeling van jouw laboratoriumuitslagen;
- opstellen van een behandelplan;
- indien noodzakelijk zal met medicatie worden gestart of wordt jouw medicatie bijgesteld. Je kunt hierbij denken aan medicatie tegen (nog te) hoge bloeddruk of (nog te) hoog cholesterolgehalte.

Vervolgafspraken vaatverpleegkundige en/of internist

Vaatverpleegkundige

De vaatverpleegkundige zal soms nog een vervolgafspraak met je inplannen als verdere begeleiding kan bijdragen aan het verlagen van de risicofactoren op hart- en vaatziekten. Je kunt bijvoorbeeld denken aan ondersteuning bij het veranderen van jouw leefstijl.

Internist

De internist zal soms nog een vervolgafspraak inplannen als verder onderzoek nodig is of om je behandeling te vervolgen. Dit kan nodig zijn om bijvoorbeeld te zorgen dat je goed ingesteld wordt op jouw medicatie.

2. Behandeltraject bij doorverwijzing via jouw huisarts

Eerste afspraak

Je eerste afspraak is een combinatie afspraak: je komt zowel bij de vaatverpleegkundige als bij de internist.

De vaatverpleegkundige besteedt aandacht aan:

- inventarisatie van je gezondheid en leefstijl;
- controle van je bloeddruk;
- het opstellen van een risicoanalyse voor hart- en vaatziekten;
- uitleg geven over de bestaande risicofactoren;
- het geven van leefstijladviezen op maat, met als doel jouw risico op hart- en vaatziekten te verkleinen. Bijvoorbeeld meer bewegen, gezonde voeding en een goede bloeddruk.
- de door jou gebruikte medicatie.

Wij nemen voldoende tijd om eventuele vragen en/of onduidelijkheden met je te bespreken. Deze afspraak duurt ongeveer één uur.

Tijdens je afspraak met de internist vindt het volgende plaats:

- lichamelijk onderzoek;
- bespreken van je voorgeschiedenis en eventuele klachten;
- beoordeling van je laboratoriumuitslagen;
- opstellen van een behandelplan;
- indien noodzakelijk zal met medicatie worden gestart of wordt je medicatie bijgesteld. Je kunt hierbij denken aan medicatie tegen (nog te) hoge bloeddruk of (nog te) hoog cholesterolgehalte.

Hierna worden eventuele vervolgspraken ingepland. Als geen vervolgspraken meer nodig zijn bij de vaatverpleegkundige of internist, zal de verdere begeleiding door je huisarts plaatsvinden. Wij adviseren je om hiervoor een afspraak bij je huisarts te maken.

Vragenlijst

A.u.b. ingevuld meenemen naar je eerste afspraak

1a Heb je aandoeningen (gehad) die wijzen op een vaataandoening?

- Verhoogd cholesterol
- Familiair verhoogd cholesterol (aangetoond via genenonderzoek)
- Hoge bloeddruk
- Hoge bloeddruk tijdens zwangerschap
- Vrouw in de overgang < 50 jaar. Zo ja, bij leeftijd ____ jaar.
- Hartinfarct
- Kortdurende verlamming of gevoelsverlies (TIA)
- Herseninfarct
- Hersenbloeding (CVA)
- Trombose
- Obstructief Slaap Apneu Syndroom (OSAS)
- Centraal Slaap Apneu Syndroom (CSAS)
- Reuma
- Artritis psoriatica
- Jicht
- Diabetes mellitus
- Diabetes mellitus tijdens zwangerschap
- Etalagebenen: pijn in de (onder)benen die ontstaat tijdens lopen en afneemt bij rusten.
Zo ja, hoeveel meter kun je lopen zonder pijn?
 - Minder dan 100 meter
 - Tussen de 100 en 500 meter
 - Tussen de 500 en 1000 meter
 - Meer dan 1000 meter
- Kanker
- Kanker in het verleden
- Nierschade (nierfalen)
- Infectieuze darmziekten. Zo ja, welke? _____

1b Heb je andere gezondheidsproblemen? Zo ja, welke?

1c Heb je behandelingen ondergaan voor vaataandoeningen?

- Dotterprocedure benen hart
- Operatie aan de bloedvaten/hartkleppen?
Zo ja, welke? _____

2a Rook je?

- Ja, _____ sigaretten/sigaren/pijp per dag
Hoeveel jaren rook je al? _____ jaren
- Ik wil stoppen met roken
- Nee

2b Heb je gerookt?

- Ja, _____ sigaretten/sigaren/pijp per dag
Hoeveel jaren heb je gerookt? _____ jaren
Gestopt sinds _____
- Nee

3a Gebruik je drugs?

- Ja, aantal: _____ per _____ Welke drugs: _____
Aantal jaren dat je gebruikt: _____
- Nee, maar in verleden gebruikt.
Aantal jaren? _____ jaren. Welke drugs: _____
- Nee, nooit gebruikt

3b Gebruik je anabole steroïden?

- Ja, aantal: _____ per _____ Welke middelen: _____
Aantal jaren dat je gebruikt: _____
- Nee, maar wel in het verleden gebruikt.
Aantal jaren? _____ jaren. Welke middelen: _____
- Nee, nooit gebruikt

4. Gebruik je alcohol?

- Ja, aantal glazen per dag ____ of aantal glazen per week ____
Of vooral in het weekend (zaterdag, zondag) _____ glazen.
Wat? _____
- Nee

5. Komen de volgende aandoeningen voor bij familieleden voor hun 65e levensjaar? (vader, moeder, broer, zus, oom, tante)

	Wie	Vaders- / moederzijde	Leeftijd
Hartinfarct			
Operatie aan de bloedvaten: Welke:			
Herseninfarct (CVA)			
TIA			
Diabetes mellitus (suikerziekte)			
Verhoogd cholesterol			
Hoge bloeddruk			
Nierziekte			

Trombose			
Verstopping slagader (vaatembolie)			
Verwijding van de lichaamsslagader (aneurysma aorta)			
Anders, namelijk:			

6a Voeg je zout toe aan het eten?

- Ja Matig Nee

6b Gebruik je kant- en-klaarproducten zoals soep, sauzen, ketjap, sambal, mosterd? (in verband met veel toegevoegd zout)

- Ja, _____x per week Nee

6c Drink je koffie?

- Ja, _____ koppen per dag
 Zakjes oploskoffie? Ja, _____ koppen per dag
 Nee

6d Drink je zoethout-, sterrenmunt- of minty maroccothee?

- Ja, _____ koppen per dag Nee

6e Gebruik je drop / salmiak / Fishermans Friendssalmiak / Stimorol kauwgom?

- Ja, _____ per dag Nee

7a Eet je wel eens vette producten zoals gepaneerde of gefrituurde gerechten, vette soorten vlees en vleeswaren, volvette kaas?

- Nooit Soms _____keer per maand? Ja, _____ x per week

7b Bakken en braden in

- vloeibare boter/olie in vaste boter

7c Eet je chocolade?

- Nooit
 Soms
 Ja, _____ per dag Melk Puur Wit

8. Gewicht

- Ja, laatste tijd ongewild veel aangekomen, _____ kg
 Ja, laatste tijd ongewild veel afgevallen, _____ kg
 Gewicht stabiel Actief aan het afvallen

9a Eet je dagelijks 3 maaltijden verdeeld over de dag?

- Ja
 Nee, ik eet _____ tijden: _____

9b Gebruik je dagelijks minimaal 200 gram groente (vier opschelepels)?

- Ja Nee

9c Gebruik je dagelijks minimaal twee stuks fruit (\pm 200 gram), bijvoorbeeld appel, peer of handje aardbeien?

- Ja Nee

9d Gebruik je kant- en-klaarmaaltijden?

- Ja, _____x per week Nee

9e Drink je suikerhoudende dranken / vruchtensappen?

- Nee Ja, aantal glazen per dag _____ of per week _____

9f Heb je een dieet?

- Ja, _____dieet.
 Nee

10a Snurk je?

- Ja Nee

10b Houd je tijdens het slapen wel eens kortdurend op met ademen?

- Ja, hoelang: _____ sec, _____ x per uur
 Nee

11a Doe je aan sport?

- Nee
 Ja, welke vorm van sport: _____
Hoe vaak per week: _____
Aantal minuten totaal: _____

11b Beweeg je regelmatig?

- Nee
 Dagelijks meer dan 1/2 uur, wat _____
 Dagelijks 3 x 10 minuten aansluitend, wat _____
 150 minuten per week over meerder dagen, wat _____

12. Klachten

Heb je wel eens:

A. Pijn/druk op de borst?

- Ja, hoe vaak _____ wanneer _____
 Nee

B. Hartkloppingen?

- Ja, hoe vaak _____ wanneer _____
 Nee

C. Aanvallen van zweten, bleek zien?

- Ja: hoe vaak _____ wanneer _____
 Nee

D. Hoofdpijn?

- Ja, hoe vaak _____ wanneer _____
 Nee

E. Dikke benen?

- Ja Nee

F. Slecht genezende wondjes?

- Ja Nee

Wil je deze informatie online bekijken ga dan naar
www.annaziekenhuis.nl/medische-informatie/int004-de-cardiovasculaire-risicopolikliniek-bloed-moet-stromen/
Of scan met je telefoon of tablet de QR-code.



INT004
06-01-2023