



VOORKAMERFIBRILLATIE:
ONREGELMATIGE
HARTSLAG,
HERSENGEVAAR.
SPREEK EROVER
MET UW ARTS.

Meer informatie :
www.vkf-cva.be



Belgische Cardiologische Liga
www.cardiologischeliga.be



BeHRA
Belgian Heart Rhythm Association

VOORKAMERFIBRILLATIE (VKF), WAT IS DAT?

- Een hartkwaal waarbij het **hartritme onregelmatig** en vaak **snel** is
- **150 000 Belgen** lijden eraan
- Fibrillatie: snelle, onregelmatige en niet gesynchroniseerde samentrekkingen van de spiervezels
- Voorkamer: één van de holtes van het hart, die bloed naar de hartkamer (een andere holte) pompt

WAT ZIJN DE SYMPTOMEN VAN VKF?

2/3 klaagt over:

- Hartkloppingen
- Hinder in de borstkas
- Kortademigheid
- Duizeligheid
- Vermoeidheid

**1/3 VAN
DE PATIËNTEN
VOELT NIETS**

Ook al vertoont u weinig of geen symptomen van VKF: als uw polsslag onregelmatig is, moet u er met uw arts over spreken.

CONTROLEER ZELF UW POLSSLAG (HARTSLAGEN)



- Ga vijf minuten rustig zitten
- Hou uw handpalm naar u toe gericht
- Leg drie vingers (wijs-, midden- en ringvinger) tussen de pees van de duim en de zijkant van het polsbeen
- Druk lichtjes met die drie vingers tot u de slagen voelt (verplaats indien nodig de vingers)
- Tel de slagen gedurende 30 seconden en vermenigvuldig met 2 om uw hartslag per minuut te kennen. (vb: 36 slagen/30 seconden = 72/minuut)

Een hartritme is **regelmatig** wanneer het gelijkmatig als een klok slaat met een snelheid van 50 à 100 slagen per minuut.

Is het ritme onregelmatig of valt het buiten 50 à 100 slagen, dan moet u door uw huisarts een diagnose laten stellen.

NIET GEDIAGNOSTICEERDE, NIET BEHANDELDE VOORKAMERFIBRILLATIE

Hoe komt dat?

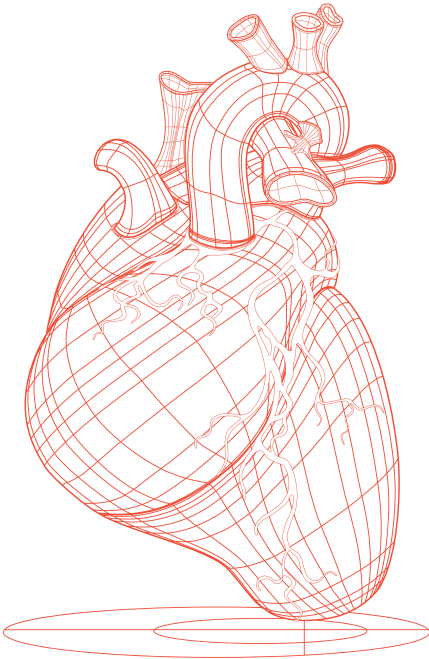
Als u aan voorkamerfibrillatie lijdt, wordt het bloed niet langer normaal weggepompt: het blijft stilstaan, gaat klonteren en sommige van die klonters kunnen met de bloedstroom in de hersenen terechtkomen en daar een hersenslagader verstoppen.

Dat is dan een **cerebrovasculair accident** (CVA) of hersentrombose.

1 CVA op 5 is het gevolg van **NIET
BEHANDELDE VOORKAMERFIBRILLATIE**

ALS U AAN VOORKAMERFIBRILLATIE (VKF) LIJDT

1. Moet het **bloed dunner** (vloeibaarder) worden om de **vorming van bloedklonters te vermijden**, aangezien die een hersenslagader kunnen verstoppen en dus een CVA kunnen veroorzaken
2. Moet u zien terug te keren naar een normaal of minstens aanvaardbaar hartritme
 - **Hartfrequentie onder controle krijgen:** behandelingen om de hartslag te vertragen
 - **Hartritme onder controle krijgen:** het ritme opnieuw regelmatig maken met behulp van geneesmiddelen of door een cardiologische ingreep



Kandidaat voor die behandeling zijn mensen die **één of meerdere van de volgende risicofactoren** vertonen :

- Voorgeschiedenis van CVA of cerebraal ischemisch accident
- Leeftijd hoger dan 65 jaar en vooral hoger dan 75 jaar
- Hartfalen
- Hoge bloeddruk
- Diabetes
- Voorgeschiedenis van hartinfarct of een vaatziekte

Noteer dat vrouwen meer risico lopen dan mannen

Meer informatie :
www.vkf-cva.be

WAT IS EEN CEREBROVASCULAIR ACCIDENT (CVA) OF HERSENTROMBOSE?

Een hersentrombose of beroerte is het gevolg van een hersenslagader die verstopt raakt door een bloedklonter: een deel van de hersenen krijgt daardoor geen bloed en zuurstof meer en dat kan leiden tot hersenletsels; hoe groot die zijn en of ze omkeerbaar zijn, hangt af van de duur van de onderbreking in de bloedvoorziening.

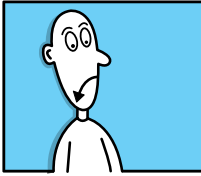
*DIT IS EEN
HERSENINFARCT*

**1 OP 5 IS TE WIJTEN
AAN VOORKAMER-
FIBRILLATIE**

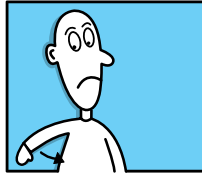
CVA's zijn bij volwassenen de voornaamste oorzaak van invaliditeit.



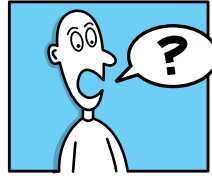
DE SYMPTOMEN VAN EEN BEROERTE HERKENNEN IS LEVENS REDDEN



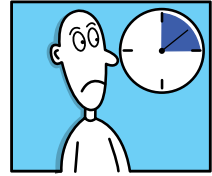
*Kijk of de mond
scheef staat.*



*Kijk of een arm
(of been) minder
goed beweegt.*



*Luister of
de persoon
onduidelijk
spreekt.*



*Stel vast
hoe laat de
verschijnselen
begonnen zijn.
Bij behandeling
binnen de 3 uur
is de kans op
herstel groter.*

In België worden elke dag 52 mensen getroffen door een beroerte. Dat betekent ieder jaar 19.000 patiënten erbij, waarvan er 9.000 binnen het jaar overlijden en 6.000 de rest van hun leven invalide blijven.

Herken de symptomen van een beroerte tijdig en reageer onmiddellijk.

Bij een beroerte is het heel belangrijk de symptomen of alarmsignalen onmiddellijk te herkennen en een arts of de hulpdiensten (112) zo snel mogelijk te verwittigen.

Elke minuut telt!



www.HerkenEenBeroerte.be

www.belgianstrokecouncil.com

VOORKAMERFIBRILLATIE ONDER CONTROLE HOUDEN EN EEN BEROERTE VERMIJDEN

1. Controleer regelmatig uw bloeddruk. Meer dan 14/9? Spreek erover met uw arts om hem lager te krijgen.
2. Meet regelmatig uw polsslag. Bij twijfel of symptomen: vraag aan uw arts of hij voorkamerfibrillatie kan uitsluiten.
3. Controleer uw cholesterolgehalte.
4. Controleer regelmatig uw bloedsuikergehalte om er zeker van te zijn dat u geen diabetes hebt.
5. Stop met roken.
6. Wees matig met alcohol.
7. Doe regelmatig aan lichaamsbeweging en ga elke dag minstens een halfuur stevig wandelen.
8. Eet minder vet en 'beter vet' (minder vetten van dierlijke oorsprong), minder zout en 400 gram of 5 porties fruit en groenten per dag.
9. Spreek met uw arts over de risicofactoren van CVA en bespreek hoe u dat risico kunt verminderen.
10. Als men u (antistollende of anti-aritmische) geneesmiddelen heeft voorgeschreven, begrijp dan het waarom van de behandeling en vooral hoe belangrijk het is dat u ze regelmatig en op vaste tijdstippen neemt.

10 TIPS!

De Liga dankt u van harte!

De Belgische Cardiologische Liga wordt door de staat niet betoelaagd. Alleen dankzij gulle giften en legaten van het gewone publiek en van sponsors kunnen wij onze acties tot een goed einde brengen. Dankzij uw milde bijdrage en de inspanningen van de Liga zullen wij samen de hart- en vaataandoeningen blijven terugdringen.

Stort uw gift op rekening BE80 0010 6651 3077
Fiscale vrijstelling voor elke gift vanaf 40 €.

BELGISCHE CARDIOLOGISCHE LIGA

Elyzeese-Veldenstraat 43 - 1050 Brussel
t.: 02 649 85 37 - e.: info@liguecardioliga.be
www.cardiologischeliga.be

Een initiatief van :



Belgische Cardiologische Liga
www.cardiologischeliga.be



BeHRA
Belgian Heart Rhythm Association

Met de steun van :



Science For A Better Life

