

Hoe stelt men de diagnose van voorkamerfibrillatie?

Het opmeten van de elektrische hartactiviteit met een hartfilmpje of elektrocardiogram (ECG) is het beste onderzoek, maar het betreft slechts een momentopname. Gezien voorkamerfibrillatie bij sommigen slechts af en toe opkomt, is het nuttig om uw hartritme zelf te leren controleren door het nemen van uw polsslag.

Hoe meet u uw polsslag?



In rust plaatst u 3 vingers op de gestrekte pols van de andere hand. De vingers dienen geplaatst te worden aan de basis van de duim tussen de pees van de duim en de zijkant van het polsbeen.

Soms moet u de druk wat verhogen of uw vingers wat verplaatsen om uw polsslag te kunnen voelen. Tel het aantal slagen gedurende 30 seconden.

Dit aantal verdubbelt u en dit is het aantal slagen per minuut. Een normale polsslag ligt tussen de 50 en 100 per minuut.

Wanneer dient u uw huisarts te contacteren?



- Indien uw polsslag in rust trager is dan 40 per minuut of sneller dan 120 per minuut.
- Indien uw polsslag onregelmatig is: soms snelle en soms trage slagen.
- Indien uw hartkloppingen gepaard gaan met klachten van bijvoorbeeld duizeligheid

Een tijdige diagnose van voorkamerfibrillatie is belangrijk. Doe mee aan de week van het hartritme, controleer zelf uw polsslag of ga naar uw huisarts.



De Week van het Hartritme is een initiatief van de **Belgian Heart Rythm Association (BeHRA)**

De BeHRA is een werkgroep van de Belgische Vereniging voor Cardiologie. Deze werkgroep werd in 1980 opgericht en omvat 112 cardiologen en elektrofysiologische ritmologen uit heel het land.

De belangrijkste taak van de BeHRA is aandacht genereren voor de studie en de ontwikkeling van hartstimulatie, elektrofysiologie en hartritologie in brede zin, en dit door het organiseren van wetenschappelijke vergaderingen, het delen van informatie en het aanmoedigen van fundamenteel en klinisch onderzoek.



BeHRA

Belgian Heart Rhythm Association

Deze campagne werd ook gerealiseerd dankzij de steun van de bedrijven

sanofi aventis
Gesondheid boven alles.

Boehringer Ingelheim

Neem een kijkje op

www.mijnhartritme.be

voor meer informatie over hartritmestoornissen en de campagne.

*Voor meer informatie, vraag advies aan uw huisarts.
Deze campagne vervangt in geen geval zijn advies of een raadpleging.*

MIJN HARTRITME regelmatig als een klok?



Week van het hartritme
7 tot 11 Juni 2010

www.mijnhartritme.be

Wat is voorkamerfibrillatie ?

Voorkamerfibrillatie is een hartritmestoornis waarbij het hart op hol slaat en zeer onregelmatig begint te kloppen. Dit verhoogt de kans dat zich bloedklonters vormen, waardoor een beroerte (herseninfect) kan optreden.

Het hart is een holle spierpomp die in rust ongeveer 70 maal per minuut samentrekt om het bloed rond te pompen. Het normale hartritme is regelmatig. U kunt uw hartritme voelen door het nemen van uw polsslag.

Voorkamerfibrillatie is de meest voorkomende hartritmestoornis : vanaf 40 jaar hebt u 1 kans op 4 om ooit voorkamerfibrillatie te krijgen.

Gelukkig kan voorkamerfibrillatie tijdig worden vastgesteld en zijn er goede behandelingen beschikbaar.

SPREEK EROVER MET UW HUISARTS.

Wat voelt u bij voorkamerfibrillatie ?

Normaal voelt u uw hart niet kloppen, tenzij u gespannen bent of u een zware inspanning levert. Bij voorkamerfibrillatie klopt het hart soms te snel en steeds onregelmatig. Dit kan aanleiding geven tot hartkloppingen, kortademigheid in rust of bij inspanning, ijlhoofdigheid, vermoeidheid, flauwvallen of pijn op de borst. Bij 1 op 3 mensen geeft voorkamerfibrillatie helaas geen klachten en wordt het soms te laat ontdekt.

Voorkamerfibrillatie kan uw levenskwaliteit verminderen. Zonder de juiste behandeling is er een verhoogde kans op een beroerte of herseninfect (tot vijf maal meer kans).

Daarom is het zo belangrijk om de diagnose van voorkamerfibrillatie op tijd te stellen !

De week van het hartritme



Vanaf 40 jaar hebt u 1 kans op 4 om ooit voorkamerfibrillatie te krijgen.

Omdat het belangrijk is voorkamerfibrillatie op tijd te herkennen, organiseren de Belgische Cardiologen van **7 tot 11 juni de Week van het hartritme**. Tijdens deze week kan u terecht bij de huisarts of de cardioloog die meedoet aan deze activiteit voor een controle van uw polsslag en nuttige tips in verband met uw hartritme.

Consulteer www.mijnhartritme.be om te weten waar in uw buurt deze activiteit kosteloos doorgaat.

Bij iedereen die zich aanbiedt op deze screeningsplaatsen zal meteen ook een hartfilmpje of een elektrocardiogram afgenomen worden: dit is een pijnloos onderzoek waarbij door contact te maken met de huid van de borstkas de elektrische activiteit van het hart wordt opgemeten en voorkamerfibrillatie kan worden vastgesteld. Indien voorkamerfibrillatie wordt vastgesteld zal men u een brief meegeven voor uw huisarts, die samen met u het vervolg afspreekt.



Wist u dat :

- **Voorkamerfibrillatie de meest voorkomende hartritmestoornis is.**
- **Één derde van de mensen met voorkamerfibrillatie géén klachten hebben.**
- **Bij voorkamerfibrillatie de kans op een beroerte/ herseninfect gemiddeld vijfmaal hoger ligt indien geen behandeling wordt gestart.**
- **U kunt helpen om de diagnose van voorkamerfibrillatie op tijd vast te stellen, door zelf uw polsslag te meten.**
- **Er verschillende zeer goede behandelingen bestaan voor voorkamerfibrillatie :
SPREEK EROVER MET UW HUISARTS !**

Hoe groot is de kans dat u voorkamerfibrillatie hebt ?

Iedereen kan voorkamerfibrillatie ontwikkelen, maar er bestaan verschillende risicofactoren die het optreden van voorkamerfibrillatie kunnen bespoedigen. Indien u aan een van de volgende voorwaarden voldoet, raden we u van harte aan om actief deel te nemen aan de week van het hartritme:

U hebt een verhoogde bloeddruk of u neemt medicatie voor uw bloeddruk.

U hebt diabetes.

U hebt een beroerte gehad.

U hebt een hartinfarct gehad.

U doet intensief aan duursport.

Meer informatie kan u terugvinden op onze website : www.mijnhartritme.be

