EUB: Eerste-uitgiftebegeleiding bij hartfalen

Praktische begeleidingsfiche voor de apotheker

- **Bij overvulling:**
  - Lisdiuretica (+ evt. thiazide)

- **Typische medicatie bij HFrEF**
  - ACE-i/ARB/ARNI
  - BB
  - MRA
  - SGLT2-i

- **Typische medicatie bij HFpEF**
  - SGLT2-i
  - MRA (enkel ESC 2026)



Communicatie

- Gebruik eenvoudige taal en vermijd vakjargon.
- Doseer de informatie: niet alles hoeft tijdens één contactmoment besproken te worden.
- Toon empathie en luister actief:
  - *"Ik begrijp dat dit veel informatie ineens is."*
  - *"Dat kan inderdaad wat overweldigend zijn."*
- Focus op geruststelling en motivatie, zonder de aandoening te minimaliseren.
- Hartfalen is chronisch, maar goed behandelbaar.
- Gebruik teach-back: laat de patiënt in eigen woorden herhalen.
- Geef een patiëntfiche of hartfaleneducatieboekje mee.

Medicatieveiligheid

- Controleer:
  - Dubbelmedicatie
  - Dosissen
  - Interacties
  - Te mijden GM: NSAID's, zoutbevattende geneesmiddelen

- Registreer indien mogelijk:
  - "Hartfalen" in de apotheeksoftware
  - Flexibel diureticumbeleid
  - Intoleranties/bijwerkingen

1. Intake

Wat weet de patiënt al?

- Voorkennis?
- Medicatieschema?
- Ziekenhuisopname?
- Hulp thuis?

- Heb je deze medicatie al eerder gebruikt?
- Wat heeft je arts je al verteld over je hartfalen en je medicijnen?
- Heb je een medicatieschema meegekregen?
- Ben je onlangs opgenomen geweest in het ziekenhuis?
- Is er thuis iemand die je helpt met je medicatie?

2. Indicatie

Waarom deze medicatie?

- Hart beschermen
- Klachten verminderen

- Je hebt hartfalen. Dat betekent dat je hart minder goed werkt. Hierdoor krijgen je lichaam en spieren minder bloed en zuurstof. Je lichaam kan ook vocht vasthouden.
- Je kunt sneller moe of kortademig zijn of dikke benen krijgen.
- Hartfalen is meestal een chronische aandoening. Het gaat niet helemaal weg. Met een goede behandeling kunnen klachten verminderen en kan het hartfalen beter onder controle blijven.

3. Werking

Wat mag je verwachten?

💧 plaspil: vocht verwijderen

❤️ hartmedicatie: bescherming hart

dosis stap voor stap ↑

- in begin soms moe/duizelig
- medicatie verlaagt de bloeddruk, dit is niet erg zolang er geen klachten zijn van lage bloeddruk
- lange termijn: klachten ↓

Lisdiureticum – bij vasthouden van vocht

Dit is een plaspil.

- Je lichaam houdt soms te veel vocht vast. Deze pil helpt om dat vocht kwijt te raken. Daardoor heb je minder last van dikke benen en kortademigheid.
- Je arts kan de dosis aanpassen als je meer of minder vocht vasthoudt.

Hartmedicatie

- Deze medicatie beschermt je hart. Ze kunnen klachten en ziekenhuisopnames verminderen. Ze helpen ook om het hartfalen minder snel erger te laten worden.
- Deze medicatie is belangrijk en mag je niet stoppen.
- Je arts start deze medicijnen en verhoogt de dosis stap voor stap, als dat nodig en mogelijk is.

Je type hartfalen bepaalt welke medicijnen je krijgt.

1) HFrEF – hartfalen met verminderde pompkracht

- **4 pilaren**: Je krijgt verschillende medicijnen om je hart te beschermen. Elk medicijn doet dat op een andere manier.
  - Sommige medicijnen ontspannen je bloedvaten. Andere vertragen je hart of helpen om vocht af te voeren. Samen zorgen ze ervoor dat je hart minder hard moet werken en minder snel achteruitgaat.
  - In het begin kun je **moe of duizelig zijn**. Na verloop van tijd voel je je fitter en zal je **minder klachten** hebben.

3. Werking

2) HFpEF – hartfalen met behouden pompkracht

- **SGLT2-inhibitoren (en eventueel MRA)**
  - Dit medicijn helpt je hart en nieren te beschermen. Het helpt je lichaam ook om extra vocht kwijt te geraken.
- **Andere aandoeningen behandelen**
  - Bij dit type hartfalen behandelen we ook andere problemen die je hart extra kunnen belasten, zoals hoge bloeddruk of suikerziekte.

4. Gebruiksinstructies

Stel een medicatieschema op en overloop dit met de patiënt

Houd het **medicatieschema simpel**. Je kunt de meeste medicatie samen innemen op een **vast tijdstip, met of zonder voedsel.**

- Het lisdiureticum kan het best 's ochtends worden ingenomen.
  Heeft de patiënt in de ochtend een activiteit, of is er een tweede dosis nodig? Dan kan dit het best in de vroege namiddag worden ingenomen. Hierdoor hoeft de patiënt 's nachts minder vaak op te staan om te plassen.
- Sommige medicatie (vb. enalapril, Entresto®,...) wordt 's morgens en 's avonds ingenomen. Spreiden kan helpen bij duizeligheid.
- Bij maaglast, kan je de medicatie best bij het eten innemen.
  - Uitzonderingen: furosemide best nuchter / perindopril best 15min. voor het eten

🕒**Hoe innemen?**
✔️ dagelijks
✔️ niet zelf stoppen
🌅 plaspil 's morgens
🤒 ziek? arts contacteren

Extra: flexibel diureticumbeleid

- gewicht opvolgen
- klachten opvolgen
- weten wat te doen

- Neem je medicijnen **elke dag**, zoals afgesproken, ook als je je beter voelt.
- **Stop nooit zelf** met je medicijnen.
- Zullen we je medicatieschema samen overlopen?
  Op je schema staat wanneer je elk medicijn moet nemen en waarvoor het dient.
  - **Plaspil:** Je moet ongeveer na één uur vaker plassen. Dit duurt 4 tot 8 uur. Deze plaspil kan het best 's ochtends worden ingenomen. Heb je in de ochtend een activiteit, of is er een tweede dosis nodig? Dan kan dit het best in de vroege namiddag worden ingenomen.
  - **Andere medicatie:** volg hierbij je schema.

CONTACTEER JE ARTS BIJ ZIEKTE (sick-day-rules)

Ben je ernstig ziek? Moet je braken of heb je erge diarree? Heb je hoge koorts?

Neem dan contact met je arts. Sommige medicijnen moeten tijdelijk worden aangepast.

Mogelijk medicatieschema met uitleg hoe medicijnen werken

Medicijn	Ontbijt	Avond	Hoe werkt dit medicijn?
Burinex 1 mg			**Plaspil** voert overtollig vocht af. Daardoor heb je minder last van dikke benen en kortademigheid.
Enalapril 2,5 mg			**Hartmedicatie.** Zet je bloedvaten open en verlaagt je bloeddruk. Zo moet je hart minder hard werken.
Bisoprolol 2,5 mg			**Hartmedicatie**. Vertraagt je hart en verlaagt je bloeddruk. Het helpt je hart beter pompen.
Spironolacton 12,5 mg			**Hartmedicatie**. Beschermt je hart tegen littekens. Het helpt je lichaam om extra vocht kwijt te raken.
Jardiance 10 mg			**Hartmedicatie**. Beschermt je hart tegen schade. Het helpt je lichaam om extra vocht kwijt te raken.

Flexibel diureticumbeleid

Bij stabiele en therapietrouwe patiënten kan soms een flexibel diureticumbeleid toegepast worden.

Hierbij past de patiënt zelf de dosis van het diureticum aan op basis van symptomen en gewicht volgens een afgesproken schema.

EXTRA: bij flexibel diureticumbeleid

Je arts heeft met jou afgesproken dat je de dosis van je plaspil soms zelf mag aanpassen.
Zullen we samen bekijken wanneer je dit mag doen?

- Op welke klachten of veranderingen in je gewicht moet je letten?
- Wanneer verhoog je de dosis van je plaspil?
- Wanneer verlaag je de dosis van je plaspil?
- Wanneer contacteer je je arts of verpleegkundige?

5. Bijwerkingen

Mogelijke bijwerkingen:

- duizeligheid
- vaker plassen
- urineweg- en genitale infecties
- droge hoest
- borstvorming bij mannen
- elektrolyten/nierfunctie

Mogelijke bijwerkingen
Niet iedereen krijgt bijwerkingen.
Heb je nieuwe of vervelende klachten?
Bespreek dit met je arts of apotheker. Stop de medicatie niet zelf.

Je arts kan bloedonderzoek doen om je **nierfunctie en zouten** in je bloed te controleren. Hij controleert ook je **bloeddruk en hartslag.**

- **Duizeligheid**
  - Sta rustig recht uit bed of uit een stoel als je duizelig bent.
  - Bespreek blijvende duizeligheid en/of flauwvallen met je arts.

- **Vaker plassen**
  - Door de plaspil moet je vaker plassen. Dat is normaal.
  - Neem de plaspil liefst 's morgens of in de namiddag.

- **Schimmelinfectie rond de geslachtsdelen en soms urineweginfecties** (SGLT2-i)
  - Door dit medicijn plas je meer suiker uit. Daardoor is er een iets grotere kans op een infectie. Goede intieme hygiëne is belangrijk.
  - Pijn bij het plassen, een branderig gevoel en/of jeuk kunnen wijzen op een schimmel- of urineweginfectie.

- **Droge prikkelhoest** (ACE-i)
  - Sommige hartmedicijnen kunnen een droge prikkelhoest veroorzaken.

- **Gevoelige borsten** (spironolacton)
  - Spironolacton kan bij mannen gevoelige borsten veroorzaken.

Heb je last van bijwerkingen?
Bespreek dit dan met je arts of apotheker.

6. Extra informatie

Geen NSAID's of bruistabletten

Leef gezond

Laat je vaccineren

Controleer jezelf

- gewicht
- klachten
- bloeddruk en pols

→ 🚨 alarmsignalen

Pas op met medicijnen zonder voorschrift

- Neem niet zomaar een medicijn uit de apotheek of drogist
- Gebruik geen ontstekingsremmers zoals ibuprofen.
- Vermijd bruistabletten. Ze bevatten veel zout.
- Vraag altijd advies aan je apotheker.

Leef gezond

- Eet gezond en gevarieerd. Beperk sterk zoute en sterk bewerkte voeding. Voeg geen extra zout toe.
- Beweeg regelmatig op een manier die bij jou past. Bouw rustig op en forceer jezelf niet.
- Slaap en rust voldoende
- Rook niet
- Beperk alcohol
  → Eventueel kan je doorverwijzen.

Laat je vaccineren (griep, COVID-19, pneumokokken, RSV)

- Vraag je arts of apotheker welke vaccinaties voor jou worden aangeraden.

Controleer jezelf

- Hiervoor kan je gebruik maken van de symptoomkaart op de patiëntfiche.
  - Weeg jezelf volgens de afspraken met je arts
  - Let op verandering in je gewicht en klachten

🚨 Alarmsignalen

- Contacteer je arts bij:
  - Snelle gewichtstoename
  - Erge kortademigheid
  - Nieuwe of toenemende zwellingen
  - Meer hoesten of benauwdheid

Bel 112 bij ernstige benauwdheid, flauwvallen of hevige pijn op de borst.

7. Feedback

Afronden

Controleer begrip

- Laat patiënt herhalen
- Vragen?
- Bezorgdheden?

vat kort samen en gebruik de teach-back methode

- Kan je me vertellen hoe je de medicatie thuis gaat innemen? Dan weet ik of ik het duidelijk uitgelegd heb.
- Wanneer zou je contact opnemen met je arts?
- Welke vragen heb je nog?
- Waar maak je je eventueel nog zorgen over?

Mogelijke samenvatting

- Het is belangrijk om vol te houden. Verbetering vraagt tijd.
- Je medicijnen helpen je hart beschermen.
- Neem ze elke dag zoals afgesproken. Stop niet zelf.
- Volg je gewicht en klachten op.
- Neem niet zomaar medicijnen. Vraag eerst advies aan je apotheker.
- Neem contact op als je klachten verergeren.

8. Registratie

- **Registreer indien relevant**
- **Noteer aandachtspunten**

Medicatieveiligheid

- Diagnose “hartfalen”, soms als “decompensatio cordis” in apotheeksoftware.
- Intoleranties of bijwerkingen
- Dubbelmedicatie
- Dosis
- Interacties
- Flexibel diureticumbeleid

Begeleiding

- Educatie gegeven
- Medicatieschema overlopen

Patiëntkenmerken

- Angstige of onzekere patiënt
- Nood aan extra opvolging
- Beperkte therapietrouw
- Mantelzorger aanwezig/nodig

Afkortingen: **ACE-i**: Angiotensine-converterend enzym-inhibitor; **ARB**: Angiotensine II-receptorblokker; **ARNI**: Angiotensine-receptor-neprilysine inhibitor; **GM**: Geneesmiddel; **HA**: Huisarts; **HFrEF**: Hartfalen met verminderde ejectiefractie; **HFpEF**: Hartfalen met behouden ejectiefractie; **MRA**: Mineralocorticoïd receptor antagonist of aldosterone antagonist; **SGLT2-i**: Natrium-glucose cotransporter 2-inhibitor

Deze EUB-fiche is ontwikkeld door apotheker Becky Noyens binnen het HART-project.
Ze kwam tot stand in samenwerking met

Hearts Connect · KFK Kempische Farmaceutische Kring · Zorgzaam Leuven · Apotheia Apothekers maken morgen · Instituut voor Permanente Studie voor Apothekers · IPSA

Met de steun van het Fonds Dr. Daniël De Coninck, beheerd door de Koning Boudewijnstichting.