

Veelgestelde vragen na een TIA

Naar het ziekenhuis? Lees eerst de informatie op www.asz.nl/brmo.

**albert
schweitzer**

Inleiding

U heeft een TIA gehad en bent hiervoor opgenomen in het ziekenhuis op de afdeling Neurologie. Inmiddels mag u weer naar huis. Een TIA is een gebeurtenis die bij patiënten en hun naasten veel vragen op kan roepen. In deze folder geven we u antwoorden op veel gestelde vragen. Soms ontstaan de vragen pas als u weer thuis bent. Niet alle vragen in deze folder zullen voor iedereen van toepassing zijn. De antwoorden zijn daarom algemeen beschreven.

Wat is een TIA?

De afkorting TIA staat voor Transient Ischemic Attack. Dit betekent dat er sprake is van een voorbijgaande belemmering in de bloedtoevoer naar de hersenen. Er wordt gesproken van een TIA als de verschijnselen binnen 24 uur volledig zijn verdwenen. Meestal zijn de verschijnselen binnen vijf tot twintig minuten verdwenen. De klachten die bij een TIA kunnen horen zijn:

- Plotseling krachtverlies aan één arm en/of been aan dezelfde kant van het lichaam.
- Scheve mond en/of scheef gezicht.
- Wazig zien of plotselinge blindheid aan één oog of aan de rechter- of linkerkant van het gezichtsveld. Dit laatste betekent dat er met beide ogen de helft (of een kwart) van het gezichtsveld niet goed zichtbaar is. Bijvoorbeeld de ruimte aan de rechterkant of linkerkant van het lichaam wordt dan met beide ogen niet goed waargenomen.
- Plotseling niet meer uit de woorden komen en/of wartaal spreken of een gesprek niet meer kunnen begrijpen.

Hoe groot is de kans op herhaling van een TIA?

Na een TIA bestaat de kans op herhaling of het ontstaan van een herseninfarct. Een TIA wordt meestal veroorzaakt door meerdere factoren. De kans op herhaling van een TIA is afhankelijk van

- de oorzaak
- welke risicofactoren voor een TIA bij u aanwezig zijn
- de mogelijke aanpak van deze risicofactoren.

Veel hangt dus af van de vraag of het goed lukt een eventuele oorzaak te behandelen en de risicofactoren te verminderen. De kans op herhaling is dus voor iedereen verschillend. We raden u aan om zich regelmatig te laten controleren bij uw huisarts.

Hoe kan de kans op herhaling worden verminderd?

- Controle van uw bloeddruk en de juiste dosering van uw medicijnen.
- Elke dag een half uur bewegen, wandelen, fietsen
- Eet gezond en gevarieerd, overgewicht is een risicofactor.
- Niet roken
- Maximaal één tot twee glazen alcohol per dag
- Indien van toepassing: goede behandeling van een verhoogd cholesterol of bloedsuiker

Moet ik medicijnen blijven gebruiken?

De medicijnen die de neuroloog u voorschrijft zijn bedoeld om een nieuwe TIA te voorkomen. Dat effect verdwijnt als u stopt met deze medicatie.

U moet dus levenslang met deze medicijnen doorgaan, tenzij er iets verandert in uw gezondheid of als er betere medicijnen worden ontwikkeld. Stop of verminder de dosering niet zonder overleg met uw arts.

Er kunnen verschillende medicijnen zijn die de arts u voorschrijft. Veelvoorkomende medicijnen na een TIA zijn:

- Acetylsalicylzuur
- Clopidogrel
- Simvastatine

Voor deze medicijnen is bloedonderzoek door de Trombosedienst niet nodig. Het kan zijn dat u in plaats van Acetylsalicylzuur en clopidogrel andere bloedverduunners krijgt, waarvoor u wel onder controle komt van de Trombosedienst. De neuroloog heeft u dan hierover ingelicht.

Als u denkt dat u bijwerkingen krijgt van deze medicijnen, kunt u contact opnemen met uw huisarts.

Moet ik een dieet gaan volgen?

Uit onderzoek blijkt dat er een verband is tussen voeding en hart- en vaatziekten. Een teveel aan verzadigde vetten (vetten die bij kamertemperatuur hard zijn) verhoogt het cholesterolgehalte in het bloed en daarmee de kans op hart- en vaatproblemen. Te veel zout kan de bloeddruk verhogen en een te hoge bloeddruk (boven de 130/80) vergroot de kans op een TIA of beroerte. We raden u aan zuinig te zijn met verzadigde vetten en zout.

Voeding kan ook een goede invloed hebben. Gezond eten verlaagt het cholesterolgehalte in het bloed. Het helpt daardoor uw aders schoon te houden. Daarnaast voorkomt gezonde voeding overgewicht. Een gezond gewicht kan een hoge bloeddruk helpen voorkomen, doordat het hart niet onnodig wordt belast.

Mag ik autorijden?

U mag twee weken na de TIA weer autorijden.

Bij beroepsvervoer mag u vier weken niet beroepsmatig rijden. Uw neuroloog beslist dat, vertelt u dat en meldt het in een brief aan uw huisarts. U moet dit zelf melden bij het CBR. Het CBR zal u verwijzen naar een neuroloog voor een medische keuring. Soms volgt na de keuring een rijtest. Daarna beslist het CBR of u weer mag rijden.

Moet ik stoppen met roken?

Om de kans op herhaling te verkleinen is het verstandig als u stopt met roken. Roken laat namelijk de bloedvaten dichtslibben en verhoogt de kans op hart- en vaatziekten. Lukt het niet dan kan uw huisarts u helpen met stoppen, eventueel met behulp van nicotine-kauwgom, -pleisters, of tabletten.

Mag ik alcohol drinken?

Het advies is om niet meer dan twee glazen alcohol per dag te drinken. Meer alcohol is schadelijk. Let ook op met alcohol als u overgewicht heeft, want in alcohol zitten veel calorieën.

Hoe belangrijk is bewegen?

Voldoende beweging verkleint de kans op een TIA. Een wandeling maken of een stukje fietsen is voldoende. Het advies is om minimaal dertig minuten per dag te bewegen.

Mag ik thuis alles weer doen?

Als u een TIA heeft gehad, mag u thuis alles weer doen wat u gewend bent. U zult wel even moeten bijkomen van de onverwachte ziekenhuisopname.

Wat moet ik doen bij nieuwe klachten?

Een TIA is niet ongevaarlijk. TIA's kunnen een voorbode zijn van een veel ernstiger beroerte. Als iemand klachten ervaart die passen bij een TIA (scheve mond, verlamde arm, onduidelijke spraak), dan moet u direct het alarmnummer 112 bellen.

- Bel bij één of meerdere uitvalsverschijnselen altijd direct het alarmnummer 112.
- Wacht niet af of de uitvalsverschijnselen vanzelf overgaan.
- Als de verschijnselen binnen korte tijd niet over zijn (minder dan 15 minuten), kan iemand een herseninfarct hebben.
- Patiënten met een herseninfarct die snel in het ziekenhuis zijn, kunnen in aanmerking komen voor een behandeling met medicijnen.

Waar vind ik meer informatie?

Algemeen

Informatielijn Nederlandse Hartstichting, tel. 0800 3000 300,
www.hartstichting.nl

Stoppen met roken

- Stivoro, www.stivoro.nl
- De brochure 'Uitdrukkelijk voor rokers' www.hartstichting.nl
- De folder 'Rook-stop-poli' van het Albert Schweitzer Ziekenhuis, www.asz.nl

Autorijden

- De folder 'Het besturen van een voertuig na een TIA of beroerte' van het Albert Schweitzer Ziekenhuis, www.asz.nl
- De folder 'Met een handicap veilig achter het stuur' van het CBR, www.cbr.nl

Voeding, cholesterol, overgewicht en koken

- 'Eet gezond! Schijf van vijf', www.voedingscentrum.nl
- Brochure 'Bewegen doet wonderen' van de Hartstichting, www.hartstichting.nl

Tot slot

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, bel dan gerust naar de CVA-nazorgverpleegkundige. De CVA-nazorgverpleegkundige is bereikbaar van maandag tot en met donderdag van 08.00 tot 16.30 uur via tel. (078) 654 50 15 of 06 51 36 00 09.

Geef hier uw mening over deze folder? www.asz.nl/foldertest/

Albert Schweitzer ziekenhuis
juni 2018
pavo 0927