



UMC Utrecht

Zorg en nazorg na een behandeling op de Intensive Care



Universitair Medisch Centrum Utrecht

Waarom nazorg na een Intensive Care behandeling?

Onlangs bent u opgenomen geweest op de afdeling Intensive Care. Er is in deze periode veel met u gebeurd. Een opname op de afdeling Intensive Care kan onverwachte en langdurige lichamelijke en geestelijke klachten geven. Dit heeft te maken met uw ziekteverloop en de intensieve behandeling die u heeft gekregen.

In deze folder vindt u meer informatie over de mogelijke klachten die u kunt ondervinden na een Intensive Care opname en die uw vooruitgang kan beïnvloeden of hinderen.

Deze folder is ook bedoeld voor naasten en familie. De informatie uit deze folder kan hen helpen om uw situatie op weg naar herstel beter te begrijpen en u hierbij te ondersteunen.

Mogelijke klachten na ontslag uit het ziekenhuis

De meeste patiënten herstellen goed na een Intensive Care behandeling. Er zijn echter ook veel patiënten die na de behandeling op de Intensive Care nog klachten hebben. Deze klachten kunnen soms lang aanhouden, ook wanneer u alweer thuis bent.

Mogelijke lichamelijke klachten zijn:

- verminderde conditie
- spier-, en zenuwpijnen
- veranderd gevoel in handen en/of voeten
- problemen met balans en stabiliteit
- slikproblemen
- heesheid of een veranderde stem
- smaak en/of reuk stoornissen
- kortademigheid
- visusklachten
- haaruitval

Mogelijke geestelijke klachten zijn:

- angst
- gevoelens van somberheid
- emotionele buien
- slaapstoornissen
- herbelevingen en nare dromen
- geheugen en concentratiestoornissen
- stress gevoelens

Hoe lang deze klachten aanhouden heeft te maken met de aandoening waarvoor u een behandeling nodig heeft gehad en de duur van opname de Intensive Care afdeling.

Wat biedt de nazorg polikliniek

Op de nazorg polikliniek zullen we de behandeling op de Intensive Care met u en met uw naaste(n) nabespreken. Door met u in gesprek te gaan en te luisteren naar uw mogelijke lichamelijke en of geestelijke klachten kunnen wij als nazorgteam u helpen en adviseren wat u en uw naaste(n) kan helpen in uw verder herstel. Samen zullen we een plan opstellen om u zo goed mogelijk verder op weg te helpen.

Na het gesprek bieden we u de gelegenheid om een bezoek te brengen aan een patiëntenkamer op de Intensive Care afdeling.

Uit ervaring weten we dat veel patiënten zich niets of heel weinig kunnen herinneringen van de Intensive Care opname. Wel horen we regelmatig terug dat patiënten vaak onbegrepen, nare en vreemde beelden en herinneringen over houden aan deze periode.

Dit kan te maken hebben met een delier, een tijdelijke vorm van verwardheid, wat veel patiënten op een Intensive Care doormaken. Een delier kan ontstaan door de toegediende medicijnen, maar ook het gevolg zijn van de ziekte waarvoor opname nodig was. Een delier kan gepaard gaan met angstige beelden en hallucinaties maar ook met verwarrende beelden die in de werkelijkheid niet bestaan.

De ervaring van veel ex-patiënten is dat praten en lezen over de Intensive Care opname kan helpen in de verwerking van deze ingrijpende periode. Uw naasten en familie kunnen u hierbij ondersteunen. Zij hebben uw ziekte van heel dichtbij meegemaakt en kunnen vertellen en invullen wat er allemaal is gebeurd.

Tijdens een IC opname reiken wij aan uw familie een dagboek uit. Zij kunnen hierin opschrijven wat er allemaal tijdens uw opname is gebeurd. Later kunt u dit zelf teruglezen. Ook het maken van foto's kan waardevol zijn.

Voor wie is de Intensive Care nazorg polikliniek

De genoemde lichamelijke en geestelijke klachten zien we voorkomen bij patiënten die langere tijd opgenomen zijn geweest. Daarom nodigen we patiënten uit die langer dan 2 dagen op de Intensive Care hebben gelegen. Naasten en familieleden van de patiënt nodigen we van harte uit om mee te komen tijdens een nazorg polikliniek bezoek. Voor hen is de Intensive Care opname ook een zeer ingrijpende en stress-volle gebeurtenis geweest die nare herinneringen en angst teweeg hebben kunnen brengen.

Valt u buiten de doelgroep voor de Intensive Care nazorgpoli maar heeft u toch behoefte aan nazorg neem dan contact op met telefoonnummer 088 75 612 51

Contact en Vragenlijsten

Enkele weken na ontslag van de Intensive Care krijgt u een informatiefolder over de nazorg polikliniek toegestuurd en een antwoordkaart. Wanneer u behoefte heeft om naar de nazorg polikliniek te komen, dan kunt u de antwoordkaart invullen en terugsturen. U zult dan gebeld worden om in overleg met u een afspraak te maken.

U kunt ook telefonisch contact opnemen met onderstaand telefoonnummer of een e-mail sturen waarin u vermeldt dat u belangstelling heeft om de nazorg polikliniek te bezoeken.

Uw afspraak op de nazorg polikliniek wordt schriftelijk bevestigd en bij de uitnodiging zit een vragenlijst.

Wij vragen u deze vragenlijst thuis in te vullen en vóór uw bezoek aan de nazorg polikliniek terug te sturen in de bijgevoegde antwoord envelop. Er zijn geen kosten verbonden aan het bezoeken van de nazorg polikliniek. Wel betaalt u voor de duur van het bezoek parkeerkosten.

Het bezoek aan de Intensive Care

nazorg polikliniek

Het doel van het nazorg gesprek is om de kwaliteit van leven van u en zo mogelijk ook van uw naasten te verbeteren. Tijdens uw polikliniekbezoek praat u met een Intensive Care verpleegkundige en een Physician Assistant of Intensive Care arts.

Onderwerpen die aan de orde zullen komen zijn:

- Informatie over het verloop van de Intensive Care opname
- Het herstel na de Intensive Care opname
- Mogelijke klachten die u heeft sinds uw behandeling op de Intensive Care of die spelen bij uw naasten en of familie
- De door u ingevulde vragenlijst
- Mogelijkheid om een patiëntenkamer op de Intensive Care te bezoeken

Er is voldoende gelegenheid om over uw ervaringen te praten en vragen te stellen. Het gesprek duurt ongeveer 35 minuten.

Doorverwijzen

De nazorg verpleegkundige en arts kunnen u indien nodig doorverwijzen naar een andere zorgverlener voor een aanvullende behandeling.

We kunnen u bijvoorbeeld verwijzen naar een fysiotherapeut en/of revalidatie-arts om onder begeleiding te trainen en spierkracht op te bouwen. Een aangepast oefenprogramma bij eventuele lichamelijke beperkingen kan de verminderde conditie weer doen opbouwen.

Een ergotherapeut kan u begeleiden bij activiteiten in het dagelijks leven die door uw ziekenhuisopname lastiger zijn geworden.

Een diëtist schakelen we in wanneer voedingsadviezen nodig zijn bij te veel gewichtsverlies.

Wanneer u last heeft herbelevingen en of nare dromen die langer bestaan kan een bezoek aan een psychiater of psycholoog gespecialiseerd in trauma verwerking u verder helpen.

Een maatschappelijk werker kan hulp bieden bij problemen die ontstaan zijn bij het ziek zijn zoals bijvoorbeeld het aanvragen van voorzieningen en of financiële zaken.

Verwijzingen naar een andere zorgverlener of medisch specialist gaan altijd in overleg met uw huisarts of behandelaar in het ziekenhuis.

Wanneer u ziek of verhinderd bent

Indien u uw afspraak niet kunt nakomen verzoeken wij u vriendelijk dit tijdig, maar uiterlijk 24 uur voor de afspraak, door te geven op onderstaand telefoon nummer.

Wachtruimte polikliniek nazorg

U kunt zich op de afgesproken datum melden bij de ontvangst balie van de ingang van het Intensive care Centrum Care Centrum, bouwdeel B, zesde verdieping.

De verpleegkundige komt u daar ophalen voor het gesprek.

Vragen

Wilt u een afspraak maken voor een nazorg gesprek op de polikliniek of heeft u naar aanleiding van deze folder nog vragen, neemt u dan gerust contact op met het secretariaat van het Intensive Care Centrum.

Telefoon 088 75 612 51

Het secretariaat is te bereiken van maandag tot en met vrijdag van 8.30-16.30 uur.

Via onderstaand e-mail adres kunt u vragen stellen of aangeven dat u een afspraak wilt maken voor een nazorg gesprek.

Mail dan naar onderstaand adres:

IC-Nazorgpoli@umcutrecht.nl

Aanbevolen websites

www.umcutrecht.nl

www.fcic.nl

www.oopenicliggen.nl

Bezoekadres:
Heidelberglaan 100
3584 CX UTRECHT

Postadres:
Postbus 85500
3508 GA UTRECHT

www.umcutrecht.nl
T. +31 (0)88 75 555 55