

# Pacemaker: leefregels

Niets is menselijker dan een terughoudende en zelfs enigszins wantrouwende reactie op iets wat nieuw en onbekend is. Ook onzekerheid is dan niet vreemd. Dat geldt zeker wanneer er een technisch apparaat in uw lichaam wordt geïmplant. In dit informatieblad vindt u een aantal nuttige tips over leven met een pacemaker.

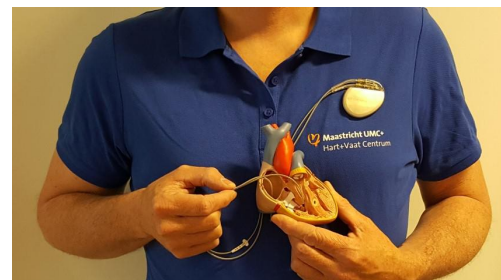
## Draag altijd uw pacemakerpasje bij u

Op uw pacemakerpasje staan de gegevens van de pacemaker en de elektroden. Ook de waardes waarop de pacemaker is afgesteld staan erin en de naam van het ziekenhuis. Draag het pasje dus altijd bij u, ook in het buitenland. In geval van nood kan dan altijd contact worden opgenomen met uw cardioloog.

## Sporten

Het dragen van een pacemaker is geen reden om niet de sporten. Geef aan welke sport u beoefent, zodat wij u kunnen adviseren.

Algemeen geldt dat u geen contactsporten zoals handbal en vechtsporten mag doen. Als u een klap of een trap krijgt op de plaats van de pacemaker kan dat erg pijnlijk zijn. De pacemaker zelf kan er meestal wel tegen, maar de aansluitingen van de draden zijn erg kwetsbaar.



# Reizen

Als u langer dan drie maanden op reis wilt, valt soms een controle in uw vakantietijd. Het is dan raadzaam om uw cardioloog te vragen of er een mogelijkheid bestaat om u door een andere cardioloog in de buurt van uw vakantieoord te laten controleren. Dit kan in heel West-Europa en Noord-Amerika. Draag altijd uw pacemakerpasje bij u.

In verband met de verscherpte veiligheidsmaatregelen op luchthavens is het algemene advies voor detectiepoortjes op vliegvelden: identificeer u met uw pacemakerpas als drager van een pacemaker. Meestal hoeft u dan niet door het poortje en wordt u handmatig gefouilleerd. Vraag of dat zonder handmetaaldetector kan of, als dat toch moet, om de detector niet in de buurt van de pacemaker te houden.

## Elektrische apparaten

De pacemaker is voorzien van een ingebouwde bescherming tegen de storing die door de meeste elektrische apparaten worden geproduceerd. De elektrische apparaten waarmee u in het dagelijkse leven in contact komt, hebben geen invloed op de werking van uw pacemaker. Bij enkele apparaten moet u speciale regels in acht nemen:

- Mobiele telefoon: houd de telefoon aan het tegenovergestelde oor ten opzichte van de pacemaker. Draag de telefoon niet in een borstzak of op een plaats binnen 20 centimeter van uw pacemaker.
- Anti-diefstalpoortjes in winkels kunt u met normale wandelsnelheid passeren.

Niet toegestaan zijn:

- personenweegschalen met vet-index
- kango breekhamers *uitleggen svp wat jullie hiermee bedoelen*
- onderzoek in een MRI-scanner
- bedrijfsruimtes met veel zware industriële apparatuur en sterke elektromagnetische velden
- elektrische dekens die ouder zijn dan tien jaar.

Als u eraan twijfelt of u een bepaald apparaat mag gebruiken, noteer dan de frequentie en het vermogen van het apparaat en vraag het bij een volgende controle aan de pacemakertechnicus of-verpleegkundige.

## Contact

Als u na het lezen van dit informatieblad nog vragen heeft, kunt u contact opnemen met de pacemaker-verpleegkundige van het Maastricht UMC+. De pacemaker-verpleegkundige houdt elke dinsdag en donderdag van 13.40 uur tot 15.00 uur telefonisch informatie spreekuur en is dan te bereiken via telefoonnummer: 043 – 387 27 27.

Andere nuttige telefoonnummers:

Eerste Hart Hulp: 043 - 387 78 92

Behandelend cardioloog (te bereiken via Hart+Vaas Centrum) 043 - 387 27 27

Planbureau 043 - 387 52 64



## Website

- [www.hartenvaatcentrum.nl](http://www.hartenvaatcentrum.nl)
- [www.mumc.nl](http://www.mumc.nl)
- [www.hartstichting.nl](http://www.hartstichting.nl)
- [www.gezondidee.mumc.nl](http://www.gezondidee.mumc.nl)