

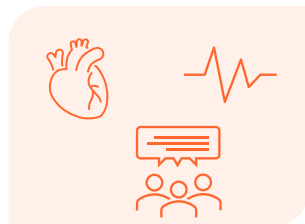
We helpen je graag met het voorbereiden van je eerste gesprek met je arts. Er zijn een aantal zaken die bijna altijd aan bod komen in een eerste gesprek over klachten die gerelateerd zijn hart- en vaatziekten of aandoeningen. We nemen ze hieronder kort met je door:

### voorbereiding thuis



Schrijf je klachten thuis al op een briefje. Beschrijf wat je voelt en waar in het lichaam. Noteer ook hoe vaak je er last van hebt en hoe lang.

Hoe helderder je kunt formuleren wat de klachten zijn, hoe beter een arts een diagnose kan stellen.



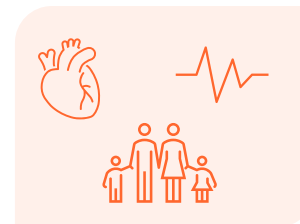
Bij hart-gerelateerde klachten is het altijd goed om aan te geven of hartaandoeningen meer voorkomen in de familie.

Weet je dit niet zeker, vraag directe familieleden of zij hartaandoeningen hebben en welke.



Bedenk vast of je klachten te maken kunnen hebben met je leefstijl of je werk.

Rook je? Wat en hoeveel eet en drink je? Wat voor werk doe je? Hoeveel beweeg je? Ervaar je veel stress?



Bedenk of je klachten te maken kunnen hebben met een erfelijke aandoening.

Denk bijvoorbeeld aan verhoogd cholesterol, hartritmestoornissen, hartklepaandoeningen.



Vrouwen moeten ook extra opletten: vaak zijn de klachten van een hartaandoening bij vrouwen afwijkend van de standaard klachten.

Klachten worden vaak toegeschreven aan de overgang (o.a. slecht slapen, duizeligheid, onrustig gevoel, pijn in bovenbuik, kaak, nek en rug).

Omdat er verschillende redenen kunnen zijn voor een artsbezoek, hebben we extra tips gebundeld per soort bezoek. Naast deze, voor het **eerste gesprek**, hebben we tips gebundeld voor **bespreking van diagnose, uitslag van onderzoek of voorgestelde behandeling** tot en met **ontslaggesprek** of **controlebezoek**. Zo ben je altijd goed voorbereid!