

DALL'OSPEDALE A CASA: CONSIGLI PER I CAREGIVER

Se i sintomi dello scompenso cardiaco di una persona cara dovessero peggiorare, potrebbe essere necessario il ricovero in ospedale per superare la fase acuta. Tenendo traccia delle fasi del ricovero in ospedale fino alle prime settimane a casa, post dimissioni, questi consigli ti potranno essere utili per superare momenti difficili.

PARLA CON IL MEDICO DURANTE IL RICOVERO DELLA PERSONA DI CUI TI PRENDI CURA



L'ospedalizzazione è un evento comune quando si vive con lo scompenso cardiaco.

8 su 10¹

persone a cui è stato diagnosticato lo scompenso cardiaco verranno ospedalizzate almeno una volta durante la loro vita, a causa della loro condizione

Scopri **perché** la persona di cui ti prendi cura è stata ricoverata in ospedale

Condividi **ogni informazione clinica** in tuo possesso con il medico



PREPARATIVI PER LA DIMISSIONE



I ricoveri per scompenso cardiaco di solito

durano dai 5 ai 10 giorni²

Crea una **rete di supporto** di amici, familiari e vicini di casa

Con l'avvicinarsi del giorno delle dimissioni è importante **discutere con il medico un piano di dimissione**



PREPARATI AL SUO RITORNO A CASA



Preparativi pratici

come l'accesso per una sedia a rotelle, la sistemazione per dormire e la spesa

Parlare con lo staff dell'ospedale su come **ricevere ulteriore assistenza** a casa



IL GIORNO DELLE DIMISSIONI

Assicurati di conoscere ogni **cambiamento di terapia**

così da poter continuare con il **corretto trattamento** una volta lasciato l'ospedale



Fissa un appuntamento di follow-up

pochi giorni dopo le dimissioni

Chiedi al medico una **lettera di dimissione** da portare all'appuntamento di follow-up. Sii certo di fare **tutte le domande**

CASA DOLCE CASA



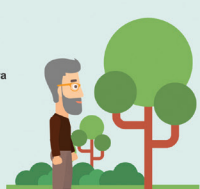
il 25% dei pazienti viene riammesso in ospedale

30 giorni dopo le dimissioni³

È molto importante **continuare a monitorare i sintomi** e sentire un medico appena i sintomi iniziano a peggiorare

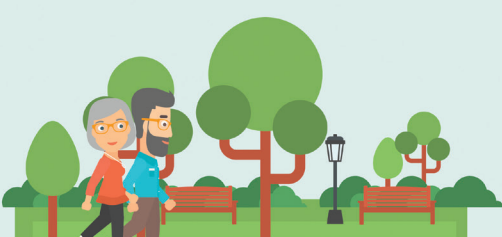


Ricorda di prenderti cura di te e prendere dei **momenti di riposo**



E POI

In qualità di caregiver svolgerai sempre un ruolo importante nella vita di una persona cara affetta da scompenso cardiaco, durante il ricovero in ospedale e oltre.



Fonti:

1. Yancy CW, et al., 2013 ACCF/AHA Guideline for the Management of Heart Failure, J Am Coll Cardiol. 2013; 62(16):e147-e239.

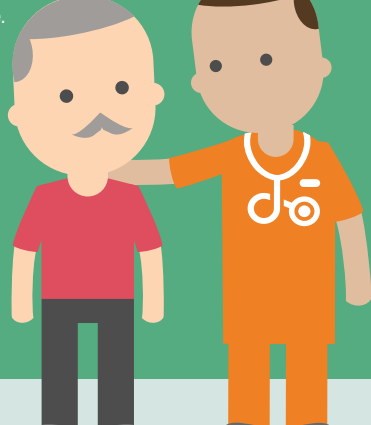
2. Ponikvarski P et al., 2014. Heart failure: Preventing disease and death worldwide. Available at: https://www.escardio.org/kalic/_file/Esccardio/Subspecialty/heart%20failure/heart%20failure-whitepaper-15-May-14.pdf [last accessed: July 2018]

3. Dharmarajan K, Heide AF, Lin Z, et al., 2013. Diagnosis and Timing of 30-Day Readmissions after Hospitalization For Heart Failure: Acute Myocardial Infarction, or Pneumonia. JAMA. 2013;309(4):355-363.

Ricovero per Scompenso Cardiaco: consigli per i caregiver

A volte, i sintomi dello scompenso cardiaco possono peggiorare e le persone di cui ci si prende cura potrebbero essere portate al pronto soccorso e poi ricoverate. Il ricovero in ospedale può fare paura, ma il tuo sostegno come caregiver sarà fondamentale durante la degenza e nei giorni successivi alla dimissione. È infatti importante ricordare che la strada per un recupero ottimale non finisce quando le persone di cui ci prendiamo cura lasciano l'ospedale. Durante questo periodo, è molto importante saper riconoscere i sintomi da monitorare per evitare una nuova fase acuta e, quindi, il ricorso alla riospedalizzazione.

Per aiutarti ad affrontare questo momento potenzialmente difficile, abbiamo studiato alcuni consigli proprio per aiutare i caregiver.



**Ascolta
Il Tuo Battito**

www.ascoltailtuobattito.it

 **NOVARTIS**

Dall'ospedale a casa: una tabella di marcia per i caregiver

Durante il ricovero in ospedale

Durante il ricovero ospedaliero del nostro caro/a è utile parlare con il medico per capire di più sul perché sia stato ricoverato. È perché la sua condizione sta peggiorando o il suo cuore si sta indebolendo? È perché il trattamento attuale non funziona come dovrebbe e il piano terapeutico deve essere cambiato? Cosa si può fare per prevenire futuri ricoveri? **È importante capire il più possibile il piano terapeutico proposto mentre il nostro caro è ancora in ospedale.** Questo ti aiuterà a prendertene cura al meglio, una volta che sarà dimesso/a.

Il ricovero a causa di un evento acuto di scompenso cardiaco fornirà probabilmente l'opportunità di rivedere la strategia terapeutica nel suo insieme. Dedica del tempo per condividere eventuali problemi di salute più ampi con il personale medico o informazioni su altre patologie diagnosticate, poiché ciò potrebbe influire sul piano di gestione della malattia.

Preparativi per le dimissioni

Quando ti trovi a pochi giorni dalla possibilità di dimissioni della persona di cui ti prendi cura, è importante che discutiate **un piano di dimissione con i medici.** Questo ti fornirà una guida chiara su come prenderti cura al meglio del tuo caro una volta che avrà lasciato l'ospedale.

Di seguito ci sono alcune domande che potresti voler porre al medico:

A quali sintomi dovrei stare attento?

Chiedi ai medici quali sintomi dovrei tenere d'occhio e cosa potrebbero significare.

Se dovessi rilevare uno di questi sintomi, cosa dovrei fare?

Scopri cosa fare se individui questi sintomi: dovrei portare il tuo caro/a in ospedale? Dovresti chiamare il medico?

Posso monitorare ogni sintomo autonomamente?

Il personale medico potrebbe fornirti degli strumenti utili a monitorare i sintomi della persona di cui ti prendi cura, come un misuratore della pressione. Chiedi quanto spesso dovrei controllare i sintomi e come registrare i dati.

Ci sono stati cambiamenti nel piano terapeutico?

Sarebbe una buona idea chiedere un elenco dei farmaci, con che frequenza devono essere assunti e quando. Chi dovrebbe essere contattato per possibili domande sui farmaci o per avere accesso ai farmaci, una volta lasciato l'ospedale?

Quanto dovrebbe essere attiva la persona di cui ti prendi cura?

Ci sono attività che dovrebbe o non dovrebbe svolgere nelle settimane successive al ritorno dall'ospedale?

Ci sono raccomandazioni alimentari?

Ci sono alimenti che dovrebbero essere evitati o alimenti che potrebbero essere particolarmente utili?

Chi si occuperà del piano di gestione terapeutico una volta tornati a casa?

Come posso assicurarmi che le informazioni dall'ospedale vengano trasferite al medico di famiglia?

Preparativi per il rientro a casa

I ricoveri per scompenso cardiaco di solito durano **dai 5 ai 10 giorni**, a seconda delle condizioni della persona; è sempre bene ascoltare la raccomandazione del medico su quando sia il momento giusto per le dimissioni. Una volta che sai quando il tuo caro tornerà a casa, è utile iniziare a prepararsi per il suo arrivo. Ciò potrebbe voler dire parlare con amici, familiari e vicini di casa per **creare una rete di supporto.** Far sapere agli altri cosa sta succedendo e fornire loro alcune informazioni sul trattamento e sulle cure della persona amata. Questo per permettere loro di fornirti un supporto, in caso di necessità. Possono anche essere necessari **preparativi pratici**, come ad esempio sistemare un letto, assicurarsi che la casa sia accessibile per una sedia a rotelle (se necessario), organizzare il trasporto a casa dall'ospedale o fare la spesa. Potrebbe anche significare parlare con il personale di cura dell'ospedale per ottenere ulteriore supporto come visite di infermieri o terapisti. Potresti trovare utile rivolgerti a un gruppo o **associazione locale di pazienti** per ottenere indicazioni su come ricevere l'aiuto di cui avete bisogno.

Il giorno delle dimissioni

È arrivato il giorno delle dimissioni – bene! Prima di lasciare l'ospedale, **assicurati di avere preso tutti gli appuntamenti di follow-up.** A seconda di ciò che consiglia il medico, questi potrebbero essere programmati alcuni giorni o poche settimane dopo aver lasciato l'ospedale. È anche importante capire in che modo è possibile contattare i medici che lo hanno in cura. Hanno un servizio telefonico o un portale Internet con il servizio di telemedicina?

Se possibile, **chiedi una lettera di dimissione** che può essere consegnata al medico di medicina generale o a qualsiasi altro specialista che potresti incontrare dopo la dimissione, per fornire loro tutti gli aggiornamenti di cui hanno bisogno.

Prima di andare, se c'è qualcosa che ancora non ti è chiaro, domanda al medico, a un infermiere o allo specialista. Prenditi 10 minuti di tempo, la sera prima delle dimissioni, per fare un elenco di domande e assicurarti di essere in possesso di tutte le informazioni utili e pensare a tutte le cose che potresti dover sapere prima di tornare a casa.

Casa dolce casa

Il nostro caro è tornato a casa, ma ciò non significa che la strada verso la guarigione sia finita. Assicuratevi entrambi di **monitorare i sintomi**, proprio come venivano monitorati in ospedale. Se desideri un piccolo aiuto extra per tenerne traccia, puoi scaricare dal nostro sito Ascoltailtuobattito.it la **scheda di controllo dei sintomi.**

Ricorda che è importante prendersi cura anche di sé stessi. Puoi prenderti cura dei tuoi cari solo se ti prendi cura di te, nel frattempo. Usa la tua rete di supporto in modo da poter fare una meritata pausa – è per questo che c'è!

E poi

Come caregiver svolgerai sempre un ruolo importante nella vita di una persona cara affetta da scompenso cardiaco, per il periodo del ricovero in ospedale e oltre. Una volta rimesso completamente dal ricovero ospedaliero, potrai aiutare il tuo caro a continuare a prendersi cura di sé e ad assumere il controllo dello scompenso cardiaco.

Per ogni altra informazione sullo scompenso cardiaco, consigli sulla gestione della condizione e raccomandazioni importanti, visita il sito [Ascoltailtuobattito.it](http://www.ascoltailtuobattito.it) oppure quello dell'Associazione Italiana Scompensati Cardiaci – AISC www.associazioneaisc.org.



Con il patrocinio di:



**Ascolta
Il Tuo Battito**

Fonti:
• <http://www.heartinsight.heart.org/Summer-2016/The-Ins-Outs-of-Hospitalization-for-Heart-Failure>
• https://www.escardio.org/static_file/Escardio/Subspecialty/HFA/WHFA-whitepaper-15-May-14.pdf

 **NOVARTIS**

Novartis Farma S.p.A.
Largo Umberto Boccioni, 1
21040 ORIGGIO (VA)
Tel. 02 96541 – Fax 02 96542910
www.novartis.it
codice aziendale 10200904000
agosto 2020