

## Efter installation av pacemaker

En pacemaker har installerats åt dig under nyckelbenet i den subkutana vävnaden. Pacemakern är i kontakt med hjärtat med 1–3 ledningar alltså elektroder. Du får ett pacemaker kort från sjukhuset, detta bör du alltid ha med dig.

Läkningen av **sår** området är bra att observera. Du får skriftliga sårvårdsanvisningar från sjukhuset. Stygnen skall tas bort efter 10 dagar på egen hälsovårdscentral, vart du själv bör boka tid. Före hemfärden testas och programmeras pacemakern. Första uppföljningskontrollen vid pacemaker polikliniken är vanligtvis om 1 eller 3 månader. En del av patienterna som fått en pacemaker anpassar sig till en hem monitorering, var/då uppföljningskontrollerna inte är nödvändiga

Efter att såret har läkt, ställer pacemakern endast mycket lite/minimala begränsningar i ditt liv.

**Undvik under de två första månaderna** lyft av tunga föremål, ansträngningar, samt extrema rörelser av armarna (till exempel fönstertvätt, simning, skidning, stavgång, tennis). Under denna tid fästs pacemaker elektroderna ordentligt i hjärtfacken. Det är ändå viktigt att använda armarna normalt, så att axelledens rörelser bevaras. Det är förbjudet att köra bil 10 dagar efter installation av pacemaker.

Undvik hobbyn där det finns en risk för att få slag i bröstområdet. Det är också bra att diskutera med läkaren ifall du har flygning eller dykning som hobby.

Det rekommenderas att använda mobiltelefonen 15 centimeters avstånd från pacemakern. Förvara inte mobiltelefonen i bröstfickan på samma sida som pacemakern.

Det är tryggt att gå förbi tjuvalarmen i butiken. Det rekommenderas ändå inte att bli och stå i närheten av dessa. Det finns inget hinder i att resa. Visa pacemakerkortet på flygfältet före säkerhetskontrollen, då kräver de inte att gå igenom säkerhetsportarna. Det är bra att i förväg ta reda på, vart du kan ta kontakt i nödsituationer i destinationslandet.

**Undvik apparater, som orsakar ett starkt magnetfält**, eftersom de kan störa pacemakerns funktion och återprogrammera den. Stora motorer och högtalare med stor effektivitet, kan till exempel vara sådana apparater. Ifall du upplever symptom som (till exempel hjärtklappning eller svindel), förflytta dig direkt bort från objektet.

Du kan normalt använda hela och jordade hushållsapparater och maskiner. För säkerhetsskull rekommenderas, att du inte reparerar maskiner eller verktyg som fungerar med elektricitet eller gas.

Efter installering av pacemaker kan du tillbringa normalt könsliv. Pacemakern är inte ett hinder för graviditet

Berätta om pacemakern för den vårdande läkaren. De flesta åtgärder och utbildningar är tillåtna. Vid magnetundersökningar samt vid vissa åtgärder och operationer bör pacemakern tas i beaktande.

Ifall det installerats en pacemaker för rytmstörningar åt dig (ICD), undvik att simma, åka båt, klättra eller dylikt ensam, så att du inte skadar dig om du får en rytmstörning, och pacemaker ger en stöt. Håll ett säkerhetsavstånd på 30 centimeters till elektriska verktyg (borr, såg), motorns tändspole, högtalare och radiotelefoner. Läkaren bestämmer körförbudets längd efter ICD installationen. Det är förbjudet att fortsätta som yrkeschaufför. Kontakta den närmaste jousen ifall ditt mående blir dåligt efter defibrillationen (stöten), eller om pacemakern har gett flera stötar. I övriga fall räcker det med kontakt till pacemaker skötaren nästa vardag.

Pacemaker skötarna håller månatligen grupphandledning för patienter som fått en pacemaker. Om du har anmält dig till pacemakerpatientens digitaliska vårdstug är det möjligt att ta del i en gruppdiskussion på vårdstugan eller skicka frågor till pacemakerskötarna om icke-brådskande saker. Den digitaliska vårdstugan är finskspråkig. Mer information om handledningstillfällena får du av vårdpersonalen.

Ifall du får liknande symptom som före installationen av pacemakern eller något att fråga om pacemakern, kan du ringa:

Mellan klockan 8.00–13.00 kan du ringa direkt till ÅUCS hjärtpoliklinik telefon 02 313 2024.

Efter klockan 13.00 eller på veckoslut, ring hjärtavdelningen 1 telefon 02 313 1011.

Åucs Hjärtpoliklinik Mäntymäki hjärtskötarna telefon 0406681527 vardaglig klockan 9:00–11:00

[Sydänsairaudet.fi](https://www.sydansairaudet.fi) bjuder information om vuxnas hjärtsjukdomar, deras vård och deras förebyggande.