



Flauwvalreacties

Cardiologie

Locatie Hoorn/Enkhuizen

Flauwvalreacties

U bent tijdens of na de tilt-test flauwgevallen.

Bloeddrukregulatie

Bij het overeind komen van een liggende naar een staande houding zakt onder invloed van de zwaartekracht bloed naar de buik en de benen.

Hierdoor vult het hart zich minder goed met bloed en neemt de hoeveelheid bloed die het hart rond kan pompen af. Zonder tegenmaatregelen daalt dan de bloeddruk.

Normaal reageert het lichaam meer het samenknippen van de bloedvaten in buik en benen en het sneller laten kloppen van het hart. De bloeddruk stijgt dan weer. Het onwillekeurige zenuwstelsel regelt dit; u kunt daar zelf geen invloed op uitoefenen.

Wat gebeurt er bij een flauwvalreactie?

Het lichaam kent een reflex waardoor de bloeddruk zakt en het hart trager slaat; deze reflex via het autonome zenuwstelsel (Nervus Vagus) remt zo de bloedsomloop.

Gevolg hiervan is dat het hart onvoldoende bloed naar de hersenen kan pompen en het zwart wordt voor de ogen en/of iemand bewusteloos raakt.

Door te gaan zitten of liggen raakt het hart weer voldoende gevuld en komt de flauwgevallen patiënt vanzelf bij bewustzijn.

Waarom deze reactie bij sommige mensen vaker optreedt dan bij anderen is nog niet bekend.

Wanneer treedt flauwvalreactie op?

Veel mensen weten van zichzelf onder welke omstandigheden zij snel flauwvallen. Mensen die gevoelig zijn voor flauwvalreacties hebben met name problemen in de volgende situaties:

- bij emotionele gebeurtenissen (bloed zien of pijn);
- na lang stil rechtop staan (zoals in de rij of op een receptie);
- in een warme omgeving (zoals in de sauna, een warm land of onder een hete douche);
- direct na inspanning;

- direct na het eten of juist wanneer u te lang niet gegeten heeft;
- tijdens de menstruatie;
- na een slechte nachtrust;
- buikkoliken, zoals misselijkheid en/of diarree

Symptomen

De belangrijkste symptomen van patiënten met flauwvalreacties zijn:

- het regelmatig terugkerende lichte gevoel in het hoofd;
- zwarte vlekken voor de ogen zien en;
- het verlies van bewustzijn.

Verder zien patiënten voor, tijdens of na de wegraking vaak bleek, zweten overmatig en zijn misselijk. Nadat de patiënt is bijgekomen is deze vaak nog lange tijd moe.

Adviezen

Gevoelig zijn voor flauwvalreacties is geen ernstige ziekte, maar kan wel heel lastig en beperkend zijn voor uzelf en uw omgeving. De behandeling van patiënten met flauwvalreacties bestaat uit leefadviezen, die er over het algemeen voor zorgen dat het flauwvallen minder vaak of zelfs helemaal niet meer voorkomt:

- allereerst is het van groot belang dat u het u duidelijk is over wat er aan de hand is. Vraag uw behandelende arts gerust meer uitleg als u dingen niet begrijpt of als u aanvullende vragen heeft
- probeer precies uit te zoeken onder welke omstandigheden u gevoelig bent voor flauwvalreacties. Zorg dat u deze omstandigheden vermijdt. Zo kunt u bij voorbeeld als er bloed afgenomen moet worden, beter gaan liggen
- ga als u een flauwvalreactie voelt aankomen zitten (op uw hurken) of liggen
- kruis als u lange tijd moet staan uw benen en zorg dat u op beide benen stevig staat. Het bloed kan zo minder goed wegzakken naar de bloedvaten van uw benen. Ook het aanspannen van de bilspieren kan hierbij helpen.
- ga op een stoel zitten met uw hoofd tussen uw knieën.
- neem ruim voldoende zout en water in. Dit betekent minimaal 2 liter vocht per

dag en extra zout toevoegen aan het eten

- vermijd overmatig alcoholgebruik
- zorg dat uw lichaam in goede conditie is, maar train niet overmatig

[illegible]

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

[illegible]

Locatie Enkhuizen

Molenweg 9b
1601 SR Enkhuizen
T. 0228 312 345

Locatie Hoorn

Maelsonstraat 3
1624 NP Hoorn
T. 0229 257 257

Locatie Purmerend

Waterlandlaan 250
1441 RN Purmerend
T. 0299 457 457

Locatie Volendam

Heideweg 1b
1132 DA Volendam
T. 0229 257 500

Postbus 600, 1620 AR Hoorn

www.dijklander.nl
info@dijklander.nl



FLD-00218-NL 09-12-2020