

## Nazorg voor (voormalig) IC-patiënten en naasten

### Het post intensive care syndroom

Veel patiënten kunnen na de IC-behandeling de draad van het leven weer goed oppakken. Anderen ervaren na de IC-opname problemen op lichamelijk, cognitief en/of psychisch gebied, zoals spierzwakte, (zenuw)pijn, verslechterd geheugen, moeite met plannen, concentratie, depressie en/of post traumatische stress. Dit wordt het Post Intensive Care Syndroom genoemd (PICS). PICS komt bovenop de klachten van de ziekte die aanleiding gaf tot IC-behandeling.

PICS komt ook voor bij naasten: PICSF(amilie). Dit zijn psychische problemen zoals angst, depressie, PTSS of verstoorde rouw bij overlijden van de patiënt. PICS en PICS-F zijn in onze gezondheidszorg nog vrij onbekend. Hierdoor worden PICS-klachten vaak niet herkend. Het maakt dat patiënten en naasten nog lang problemen kunnen ondervinden in het dagelijks leven, in het gezin, bij het werk en sociale activiteiten.

### Na de IC

IC-patiënten hebben goede IC-nazorg en revalidatie nodig. In Tjongerschans hebben we een IC-nazorgpoli. Patiënten die op de IC hebben gelegen en hun naasten kunnen daar gebruik van maken. Indien gewenst wordt de patiënt hiervoor aangemeld en krijgt deze een aantal weken na ontslag uit het ziekenhuis een vragenlijst toegestuurd. Na invullen en terugsturen wordt er contact met de patiënt opgenomen om een afspraak te maken voor een nazorggesprek.

Het kan zijn dat de patiënt niet is aangemeld, maar dat deze er achteraf wel gebruik van wil maken. Dan kan hij/zij alsnog contact opnemen met de IC. Ook als de patiënt klachten ervaart die met PICS te maken kunnen hebben, kunt u met de IC contact opnemen.

Ook worden er zogeheten IC-café's georganiseerd. Dit zijn ontmoetingsavonden waar ex-IC patiënten en/of naasten andere ex-IC patiënten/naasten kunnen ontmoeten om met elkaar ervaringen te delen en met elkaar van gedachten te wisselen. Op die avonden wordt er over een bepaald onderwerp informatie gegeven. In Friesland worden deze avonden door de Friese ziekenhuizen gezamenlijk georganiseerd.

Kijk voor meer informatie op [www.icconnect.nl](http://www.icconnect.nl).

### Vragen

Als u na het lezen van deze informatie nog vragen heeft, stel ze dan voor het onderzoek aan uw arts, de verpleegkundige of aan een van de medewerkers.

### Contact

Stel uw vraag via [www.mijntjongerschans.nl](http://www.mijntjongerschans.nl) of bel 0513 – 685 580.

### **Grip op uw zorg via Mijntjongerschans**

Mijntjongerschans.nl is het patiëntenportaal van ziekenhuis Tjongerschans. Dit portaal is bereikbaar voor alle patiënten die zijn ingeschreven bij Tjongerschans. Na het inloggen op [www.mijntjongerschans.nl](http://www.mijntjongerschans.nl) met DigiD met sms-verificatie of via de DigiD app heeft u toegang tot uw medische gegevens. U kunt hier ook afspraken maken, een vraag stellen, vragenlijsten invullen en uitslagen bekijken.

### **DISCLAIMER**

*Wij adviseren u bij uw bezoek aan de polikliniek en bij opname zo weinig mogelijk geld, sieraden, dure kleding en andere zaken van (emotionele) waarde mee te nemen naar het ziekenhuis. Het ziekenhuis aanvaardt geen aansprakelijkheid voor schade aan of verlies van dergelijke zaken.*