

Uppföljning efter hjärtstopp

Information till personer som överlevt
hjärtstopp och till deras närstående



Att drabbas av hjärtstopp

Att ha varit med om ett hjärtstopp är en omtumlande upplevelse, oavsett om man är patient eller närstående...

De flesta som överlever återhämtar sig bra och kan leva ett helt normalt liv. Svårigheter med minne, koncentration, trötthet och psykiskt välbefinnande är dock relativt vanligt.

Återhämtningen kan ta olika lång tid. Den största förbättringen sker under de första månaderna, men kan ta längre tid. Det är viktigt att närstående involveras i uppföljning och rehabilitering.

Händelsen kan utlösa en krisreaktion hos både patienter och närstående, vilket är normalt. Man kan reagera olika starkt på liknande händelser och situationer, men det finns hjälp att få. Mer information finns på 1177 (länk).

<http://www.1177.se/Tema/Psykisk-halsa/Diagnoser-och-besvar/Kriser-och-svarigheter/Att-hamna-i-kris1/>

Enligt svenska rekommendationer bör alla personer som överlevt ett hjärtstopp och deras närstående erbjudas uppföljning på sjukhus 1-3 månader efter utskrivning.

Vilken hjälp kan man få?

Beroende på lokala rutiner kommer du och dina närstående att erbjudas uppföljning, exempelvis via hjärtsjukvården och/eller via intensivvården.

Därifrån kan er **kontaktperson**, oftast en **sjuksköterska** på mottagningen, vid behov konsultera andra yrkeskategorier som kan ge vidare hjälp, exempelvis;

- Kardiolog (specialist på hjärtats sjukdomar)
- Arbetsterapeut (stöd i återgång till vardagen och minnesutredning)
- Fysioterapeut/sjukgymnast (stöd till fysisk aktivitet)
- Neurolog (specialist på hjärnans sjukdomar)
- Psykolog/kurator (psykosocialt-/sambandsstöd och neuropsykologisk utredning)
- Rehabiliteringsläkare (samordnar teamrehabilitering)

Ni kan nå mottagningen på telefonnummer:

.....

Er kontaktperson på mottagningen är:

.....

Du/ni kan även komma att bli kontaktade för uppföljning i olika kvalitetsregister (syftar till att förbättra vården) och/eller medverka i olika forskningsprojekt.

Mer information om hur det kan vara att drabbas av hjärtstopp finns i foldern **”Livet efter hjärtstopp”**. Denna folder kan du få kostnadsfritt via mottagningen eller ladda ner via HLR-rådets hemsida:
<https://www.hlr.nu/vard-efter-hjartstopp/>



För att komma i kontakt med andra personer som överlevt hjärtstopp och deras närstående kan du kontakta ”Nätverk för dig som överlevt hjärtstopp och för dina närstående” via Facebook eller mail till Riksförbundet HjartLung.

Facebook: <https://www.facebook.com/groups/hjartstopp>

Mailadress: overlevarehjartstopp@hjärt-lung.se

Nätverkets hemsida: <https://www.hjärt-lung.se/natverket-for-overlevare>