

---

Geriatric



Patiënteninformatie

---

## Flauwvallen (syncope)



Slingeland Ziekenhuis

## **Algemeen**

Syncope (uitgesproken: sin-co-péé) is de medische term voor flauwvallen: een aanval waarbij u kort het bewustzijn verliest. U komt vanzelf weer bij. In deze folder leest u meer over flauwvallen, de bijbehorende klachten en de mogelijke oorzaken. Ook geven wij u adviezen.

## **Wat gebeurt er als u flauwvalt**

Als u flauwvalt, komt dat omdat de hersenen tijdelijk minder bloed ontvangen. Dit heeft duizeligheid en verlies van het bewustzijn tot gevolg. Hieronder leest u wat er normaal in uw lichaam gebeurt en wat er gebeurt als u flauwvalt.

### *Normale situatie*

Wanneer u staat, verplaatst het bloed zich onder invloed van de zwaartekracht naar buik en benen. Het hart vult zich dan minder goed met bloed en de hoeveelheid bloed die het hart rondpompt neemt af. Hierdoor daalt de bloeddruk. Normaal reageert het lichaam hierop: de bloedvaten in buik en benen vernauwen zich en het hart gaat sneller kloppen. De bloeddruk stijgt dan weer.

### *Situatie bij flauwvallen*

Als uw bloeddruk daalt en het lichaam reageert hier onvoldoende op, vernauwen de bloedvaten zich niet en gaat het hart langzamer kloppen. Het hart kan dan onvoldoende bloed naar de hersenen pompen. Hierdoor kunt u flauwvallen. Door te gaan zitten of liggen raakt het hart weer voldoende met bloed gevuld en komt u vanzelf weer bij. Waarom deze reactie bij sommige mensen vaker optreedt dan bij anderen is nog niet bekend.

### **Verschijnselen**

Voorafgaand aan het flauwvallen heeft u vaak een licht gevoel in uw hoofd, krijgt u zwarte vlekken voor uw ogen en hoort u gezoem in uw oren. Voor, tijdens of na het flauwvallen ziet u vaak bleek, zweet u overmatig en bent u misselijk. Nadat u bent bijgekomen, kunt u nog enige tijd moe zijn. Niet iedereen vertoont deze verschijnselen bij flauwvallen.

Bij flauwvallen is het niet altijd zo dat iemand slap in elkaar zakt. Soms kan iemand ook verstijven of kortdurend spiertrekkingen hebben. Vaak denkt men dan aan epilepsie.

## Oorzaken flauwvallen

Er zijn veel oorzaken waardoor u kunt flauwvallen. Meestal heeft het te maken met de werking van het hart en de bloedvaten of het centrale zenuwstelsel (hersenen, ruggenmerg en zenuwen).

*Veelvoorkomende oorzaken waardoor u kunt flauwvallen:*

- een reactie waardoor de bloeddruk zakt en het hart langzamer klopt (vasovagale reflex). Dit gebeurt bijvoorbeeld bij het zien van bloed of lang stilstaan.
- als u opstaat nadat u hebt gezeten of gelegen. Dit noemen we orthostatische hypotensie. Orthostatische hypotensie wordt onder meer veroorzaakt door aandoeningen van het zenuwstelsel (bijvoorbeeld de ziekte van Parkinson), suikerziekte of het gebruik van bepaalde medicijnen (zoals bloeddrukverlagende medicijnen of medicijnen tegen psychische klachten).

*De onderstaande oorzaken komen minder vaak voor:*

- hoesten of niezen (hoest- of niessyncope);
- slikken (sliksyncope);
- persen bij plassen of ontlasting;
- druk van buitenaf op een zenuwknoop in de hals (sinus caroticus), bijvoorbeeld bij scheren of draaien van het hoofd.

*In uitzonderlijke gevallen treedt flauwvallen op ten gevolge van:*

- hartritmestoornissen (te trage, snelle of onregelmatige hartslag);
- ziekten van hart of bloedvaten (bijvoorbeeld door een hartaanval of afwijking van de hartkleppen).

### *Aandoeningen die kunnen lijken op flauwvallen:*

- epilepsie
- paniekaanvallen
- psychiatrische stoornissen

### **Omstandigheden**

Veel mensen weten van zichzelf onder welke omstandigheden zij snel flauwvallen.

### *Veelvoorkomende omstandigheden zijn:*

- bij emotionele gebeurtenissen (bijvoorbeeld bij het zien van bloed of hebben van pijn);
- na lang stilstaan (bijvoorbeeld in een rij);
- in een warme omgeving (bijvoorbeeld in de sauna, een warm land of onder een hete douche);
- direct na inspanning;
- direct na het eten (postprandiale hypotensie) of juist wanneer u te lang niet gegeten heeft;
- na een slechte nachtrust;
- bij ziekte, misselijkheid of koorts.

Er zijn aparte folders verkrijgbaar over orthostatische en postprandiale hypotensie. Deze folders vindt u bij de secretaresse van de polikliniek Geriatrie, bij Bureau Patiëntenvoorlichting en op de website [www.slingeland.nl](http://www.slingeland.nl).

### **Adviezen**

Flauwvallen is meestal niet ernstig, maar kan wel een nare ervaring zijn voor uzelf en voor mensen in uw omgeving. Bovendien kunt u letsel oplopen door de val. De behandeling bestaat meestal uit leefadviezen.

Als u onderstaande adviezen opvolgt kan het zijn dat u minder vaak of zelfs helemaal niet meer flauwvalt:

- Ga na onder welke omstandigheden u flauwvalt. Zorg dat u deze omstandigheden vermijdt of dat u zich aanpast. Bijvoorbeeld door te gaan liggen als er bloed bij u wordt afgenomen.
- Zorg ervoor dat u genoeg drinkt en voldoende zout gebruikt, tenzij uw arts heeft geadviseerd dit niet te doen. 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.

Uw arts kan u uitleg geven als u iets niet begrijpt of als u aanvullende vragen hebt.

## **Vragen**

Als u vragen heeft, kunt u via de secretaresse van de polikliniek Geriatrie een afspraak maken voor het telefonische spreekuur van de klinisch geriater. De secretaresse is bereikbaar op werkdagen van 09.00 - 16.30 uur op telefoonnummer (0314) 32 94 04.

## **Hoe gaan wij met uw vertrouwelijke gegevens om**

Zodra u zich meldt in het ziekenhuis, leggen wij persoonlijke gegevens over u digitaal vast. Die gegevens zijn geheim. Alleen de arts die u behandelt, de zorgverleners die bij uw behandeling betrokken zijn en uzelf mogen uw gegevens inzien. Het ziekenhuis is verplicht om de kwaliteit van zorg te bewaken en verbeteren. Daarom kan het nodig zijn om gegevens te verstrekken aan personen binnen of buiten het ziekenhuis. Het verstrekken van gegevens is aan wettelijk

ke regels gebonden (zie het 'Privacyreglement Patiënten', verkrijgbaar bij Bureau Patiëntenvoorlichting).

Wanneer zorgverleners van verschillende zorginstanties samenwerken bij uw behandeling, noemt men dit ketenzorg. Als het voor een goede behandeling of verzorging noodzakelijk is dat de zorgverleners uit de keten toegang hebben tot uw patiëntgegevens, dan is dit toegestaan. Dit is echter alleen toegestaan als u van tevoren duidelijk bent geïnformeerd over welke hulpverleners van welke zorginstanties deel uitmaken van deze keten en u hier geen bezwaar tegen heeft.

Daarnaast kunnen uw huisarts, de huisartsenpost en uw apotheker een samenvatting van uw medische gegevens inzien bij spoedeisende zorg buiten praktijkuren. Meer informatie kunt u lezen in de folder '[Uw rechten en plichten als patiënt](#)'. Deze folder kunt u raadplegen op [www.slingeland.nl](http://www.slingeland.nl) (klik op: Patiënteninfo > Folders).

---

Slingeland Ziekenhuis  
Kruisbergseweg 25

Postadres:  
Postbus 169  
7000 AD Doetinchem

Telefoon: (0314) 32 99 11  
Internet: [www.slingeland.nl](http://www.slingeland.nl)