

Ne po i bëjmë arteriet të dukshme.



1 Çfarë është plakja vaskulare dhe pse duhet të kujdesem?

Plakja vaskulare përfshin degjenerimin dhe sforcimin që dëmton funksionin vaskular. Plakja vaskulare çon në dëmtimin e organeve të synuara në zemër, tru dhe veshka dhe është një faktor i pavarur rreziku për sëmundjet kardiovaskulare dhe vdekshmërinë.

2 Si mund të mas plakjen vaskulare dhe çfarë i shton plakja vaskulare bioshenjuesve të vendosur në klinikë?

Plakja e enëve të gjakut mund të vlerësohet me masa të izoluara ose të integruara të vetive morfologjike (strukturore) dhe funksionale (mekanike) dhe mund të përmirësojë parashikimin e rrezikut kardiovaskular.

vascagenet.eu

twitter.com/VascAgeNet
[instagram.com/vascagenet](https://www.instagram.com/vascagenet)
[facebook.com/VascAgeNet-18216-101241358227681](https://www.facebook.com/VascAgeNet-18216-101241358227681)
[youtube.com/channel/UCcZ-sT2U_YUkl3RfY4CYKFA](https://www.youtube.com/channel/UCcZ-sT2U_YUkl3RfY4CYKFA)

Kjo punë bazohet në punën nga COST Action CA18216 VascAgeNet, mbështetur nga COST (Bashkëpunimi Evropian në Shkencë dhe Teknologji).



COST is supported by the Horizon 2020 Framework Programme of the European Union

3 Si lidhen masat e plakjes vaskulare me plakjen kronologjike?

Mosha vaskulare mund të jetë shumë e ndryshme nga mosha kronologjike.

4 Kush përfiton më shumë nga matja e plakjes vaskulare?

Të gjithë, por në veçanti pacientët me rrezik të ndërmjetëm dhe me kushte të veçanta të cilët mund të përfitojnë më shumë nga riklasifikimi i rrezikut në menaxhimin e tyre klinik dhe terapeutik.

5 Pse disa njerëz tregojnë plakjen e hershme të enëve të gjakut në krahasim me të tjerët?

Plakja e hershme vaskulare mund të jetë për shkak të gjenetikës, programimit të jetës së hershme, duke përfshirë periudhën e para -konceptimit, dietën e dobët, pasivitetin dhe faktorët e rrezikut të tillë si hipertensioni, hiperlipidemia, diabeti ose obeziteti.

6 Si mund ta modifikoj plakjen vaskulare?

Plakja vaskulare mund të vonohet ose zbutet duke adoptuar një mënyrë jetese të shëndetshme duke përfshirë stërvitjen e rregullt, humbjen e peshës, lënien e duhanit, menaxhimin e stresit ose marrjen e ilaçeve të përshkruara për të menaxhuar faktorët e rrezikut.