

# We maken de slagaders zichtbaar!



## Waarom hebben sommige mensen oudere slagaders in vergelijking met anderen?

Veel factoren kunnen bijdragen aan vroege vasculaire veroudering, zoals genetische aspecten, een ongezond voedingspatroon, een zittende levensstijl of hoge stressniveaus.

## Wat is vasculaire veroudering eigenlijk?

Vasculaire veroudering is hoe je bloedvaten veranderen naarmate je ouder wordt. Vroege vasculaire veroudering verhoogt het risico op hartaandoeningen, beroertes en vroegtijdige sterfte.

## Kan ik vasculaire veroudering tegengaan?

Vasculaire veroudering kan worden vertraagd door een gezonde levensstijl aan te nemen, waaronder regelmatige lichaamsbeweging, gewichtsverlies, stoppen met roken, stressbeheersing of het nemen van voorgeschreven medicatie om risicofactoren te beheersen.



Je slagaders functioneren als jouw lichaam z'n eigen rivieren-netwerk om bepaalde stoffen te transporteren en om het lichaam te voorzien van voedingsstoffen

## Kan ik vasculaire veroudering meten en helpt het mijn risico op hartaandoeningen en beroertes in te schatten?

Ja, vasculaire veroudering kan worden gemeten door een arts of onderzoeker. Het vertelt u hoe gezond uw bloedvaten zijn en kan helpen bij het inschatten van uw gezondheidsrisico.

## Moet ik mijn vasculaire leeftijd meten?

Iedereen kan baat hebben bij het meten van vasculaire veroudering. In het bijzonder personen met risicofactoren zoals hoge bloeddruk, diabetes, overgewicht/obesitas, rokers of mensen die een zittend leven leiden of te weinig fysiek actief zijn.

## Hoe verhoudt mijn vasculaire leeftijd zich tot mijn werkelijke leeftijd?

Uw slagaders kunnen jonger, ouder of dezelfde leeftijd hebben als uw effectieve 'chronologische' leeftijd.