

ما شریان ها را نمایان می کنیم

پیری عروقی چیست؟

پیری عروق نحوه تغییر رگ های خونی با افزایش سن است. پیری زودرس عروق خطر بیماری های قلبی، سکته مغزی و مرگ زودرس را افزایش می دهد.

آیا می توان پیری عروق را به تاخیر انداخت؟

پیری عروق را می توان با اتخاذ شیوه زندگی سالم شامل ورزش منظم، کاهش وزن، ترک سیگار، مدیریت استرس یا مصرف داروهای تجویز شده برای مدیریت عوامل خطر به تاخیر انداخت.

چرا برخی از افراد در مقایسه با دیگران شریان مسن تری دارند؟

عوامل زیادی می توانند در پیری زودرس عروق نقش داشته باشند، مانند ژنتیک، داشتن رژیم غذایی ناسالم، سبک زندگی کم تحرک یا سطوح بالای استرس.



شریان های
شما به عنوان
شبکه رودخانه
بدن شما عمل
می کنند تا
«اکوسیستم»
بدن شما را
تغذیه کنند.

سن عروقی من چگونه با سن واقعی من مقایسه می شود؟

شریان های شما ممکن است جوانتر، مسن تر یا هم سن شما باشند.

آیا می توان پیری عروق را اندازه گیری کرد و آیا به برآورد خطر ابتلا به بیماری های قلبی و سکته کمک می کند؟

بله، پیری عروق را می توان توسط پزشک یا محقق اندازه گیری کرد و به شما می گوید که شریان های شما چقدر سالم هستند و ممکن است به برآورد خطر شما کمک کند.

آیا باید سن عروقی خود را اندازه گیری کنم؟

همه می توانند از اندازه گیری پیری عروق سود ببرند. به ویژه افرادی که دارای عوامل خطر مانند فشار خون بالا، دیابت، چاقی، افراد سیگاری یا افرادی هستند که کم تحرک هستند.