

Vi gjør blodårene synlige



Hvorfor har noen eldre blodårer enn andre?

Mange faktorer kan bidra til tidlig vaskulær aldring, slik som arv, usunt kosthold, stillesittende livsstil eller høyt stressnivå.

Hva er vaskulær aldring?

Vaskulær aldring er hvordan blodårene forandres når man blir eldre. Tidlig vaskulær aldring øker risikoen for hjertesykdom, hjerneslag og død.

Hvordan kan jeg motvirke vaskulær aldring?

Vaskulær aldring kan motvirkes eller dempes gjennom en sunn livsstil som inkluderer regelmessig trening, vektreduksjon, røykestopp, stresshåndtering og medisiner for å kontrollere risikofaktorer.



Dine blodårer fungerer som et nettverk av elver som gir næring til kroppens „økosystem“.

Kan jeg få målt vaskulær aldring og har det betydning for å vurdere risiko for hjerteinfarkt og hjerneslag?

Ja, vaskulær aldring kan måles av leger og forskere og kan vise hvor friske dine blodårer er og bestemme din risiko.

Bør jeg måle min vaskulære (biologiske) alder?

Alle kan ha nytte av å få målt alderen på sine blodårer. Spesielt personer med risikofaktorer som høyt blodtrykk, diabetes, overvekt, røyking eller lite fysisk aktivitet.

Hvordan kan min vaskulære (biologiske) alder sammenholdes med min faktiske (kronologiske) alder?

Dine blodårer kan være yngre, eldre eller like gamle som deg.