



Ik ben de grootste
seriemoordenaar
ter wereld.

Weet je wat atherosclerose is?

Deze stille moordenaar veroorzaakt 15 miljoen doden per jaar en is verantwoordelijk voor 85% van de hart- en vaatziekten!

Wat is atherosclerose?

Bij de geboorte zijn de binnenwanden van onze slagaders **glad**, waardoor het bloed vrij kan stromen en zuurstof en voedingsstoffen naar onze organen kan vervoeren.

In de loop der jaren kan deze wand beschadigd raken, waardoor de slagaderwand **dikker wordt**. Dit verschijnsel heet **atherosclerose** en leidt tot de vorming van atheromateuze plaques.





Nochtans is het simpel om het te voorkomen ...

Atherosclerose ontwikkelt zich op jonge leeftijd, dus het is cruciaal om preventieve maatregelen te nemen voordat de symptomen verschijnen.

Neem een gezonde, evenwichtige levensstijl aan door:

- Regelmatige lichaamsbeweging,
- Een gebalanceerd voedingspatroon
- Een gezond gewicht te behouden

Vermijd risicofactoren die verband houden met atherosclerose:

- Roken
- Te veel cholesterol
- Overgewicht
- Hoge bloeddruk
- Diabetes

Atherosclerotische plaques vormen zich **geleidelijk** en kunnen de slagaders verstoppen, waardoor het bloed belemmeren de bloedstroom, **waardoor organen niet voldoende bloed en zuurstof krijgen.**

In sommige gevallen veroorzaakt atherosclerose **geen symptomen** totdat het ver genoeg gevorderd is om een belangrijk bloedvat te blokkeren.

In België lijden **750.000 mensen** aan atherosclerose.



Klik hier voor meer informatie over atherosclerose