

SPREEKUUR RISICOSCHATTING HART- EN VAATZIEKTEN

Naam:

Geboortedatum:

Datum en tijdstip afspraak:

U heeft zich aangemeld voor het berekenen van uw risico op het ontwikkelen van hart - en vaatziekten.

U krijgt van ons een laboratoriumformulier en urinepotje mee.

Graag 1 week voor bovenstaande afspraak naar een prikpunt gaan voor de bloedafname en het afgeven van uw ochtendurine. LET OP: U moet *nuchter* zijn EN vergeet uw ID bewijs niet.

Lees de informatie over het opstellen van een risicoprofiel op onze website www.dewaterling.nl > aanbod > risicoschatting hart- en vaatziekten *en*

Beantwoord de volgende vragen:

- komt er in uw familie suikerziekte voor?
bij wie en op welke leeftijd?
- komen er in uw familie hart- en vaatziekten voor?
bij wie en op welke leeftijd?
- rookt u ?
hoeveel per dag?
sinds wanneer?
heeft u al eens geprobeerd te stoppen?
zou u willen stoppen met roken?
- heeft u voorheen gerookt?
aantal jaren?
hoeveel per dag?
wanneer gestopt?
- hoeveel eenheden alcohol gebruikt u per dag/week?
- doet u aan extra lichaamsbeweging (buiten het huishouden)?
soort lichaamsbeweging
aantal dagen/week
- eet u:
2 ons groenten/2 stuks fruit per dag?
1-2x per week vette vis (makreel, haring, zalm)?
gezonde vetten (vloeibare margarine/olijfolie/dieetproducten)?
beperkt zout?

Wat kunt u van ons verwachten tijdens het consult (10-20 minuten):

1. De praktijkondersteuner bespreekt de uitslag van het bloed- en urineonderzoek en uw antwoorden op de vragen.
2. Uw bloeddruk, lengte, gewicht en middelomtrek worden gemeten.
3. Uw risico op het ontwikkelen van hart- en vaatziekten wordt berekend.
4. Er wordt samen met u gekeken of er een behandeling en/of verwijzing nodig is.