

Voorlichtingsonderwerpen

Kruis in onderstaande lijst aan over welke onderwerpen u **op dit moment** meer informatie zou willen krijgen. Neem deze lijst mee naar het spreekuur.

Algemeen

- Wat zijn hart- en vaatziekten en hoe ontstaan ze?
- Wat betekent een verhoogd risico op hart- en vaatziekten?
- Wat zijn risicofactoren voor hart- en vaatziekten?
- Hoe kan ik mijn risico op hart- en vaatziekten verlagen?
- Wat kan ik het beste (niet) eten om mijn risico op hart- en vaatziekten te verlagen?
- Waarom krijg ik medicijnen voorgeschreven?
- Waarom krijg ik geen medicijnen voorgeschreven?
- Waar kan ik betrouwbare informatie over een verhoogd risico op hart- en vaatziekten op papier of internet vinden?

Hoge bloeddruk

- Wat is hoge bloeddruk?
- Hoe ontstaat hoge bloeddruk?
- Wat kunnen de gevolgen zijn van hoge bloeddruk?
- Waarom krijg ik medicijnen voor mijn hoge bloeddruk?
- Waarom krijg ik geen medicijnen voor mijn hoge bloeddruk?
- Wat kan ik doen om mijn bloeddruk te verlagen?
- Wat kan ik het beste (niet) eten voor mijn hoge bloeddruk?
- Waarom thuis mijn bloeddruk meten?
- Hoe meet ik thuis mijn bloeddruk?

Cholesterol

- Wat is cholesterol?
- Hoe kan ik mijn cholesterol verlagen?
- Wat kan ik het beste eten als mijn cholesterol te hoog is?
- Wat zijn statines?
- Waarom krijg ik medicijnen voor mijn cholesterol?
- Waarom krijg ik geen medicijnen voor mijn cholesterol?

Leefstijl (roken, beweging, voeding, gewicht)

- Wat wordt bedoeld met een gezonde leefstijl?
- Waarom is het zo belangrijk om te stoppen met roken?
- Hoe kan ik stoppen met roken?
- Waarom is het belangrijk om veel te bewegen?
- Hoe kan ik meer bewegen?
- Waarom is het zo belangrijk om gezond te eten?
- Wat kan ik het beste (niet) eten om mijn risico op hart- en vaatziekten te verlagen?
- Wat is het verband tussen te zwaar zijn en hart- en vaatziekten?
- Hoe kan ik afvallen?

Controles en begeleiding

- Wie is mijn aanspreekpunt voor vragen?
- Hoe kan ik de praktijk tussen mijn afspraken bereiken?
- Wie doet de controles?
- Wat wordt er tijdens een controle gedaan?
- Welke taak hebben de praktijkassistente, praktijkondersteuner/praktijkverpleegkundige en huisarts in de begeleiding?
- Welke hulpverleners zijn buiten de huisartspraktijk nog meer betrokken en wat doen zij?
- Waarom wordt er regelmatig bloed geprikt?
- Waarom wordt mijn bloeddruk gecontroleerd?

Medicijnen

- Wanneer moet ik de medicijnen innemen?
- Kan ik medicijnen krijgen voor het stoppen met roken?
- Wat zijn de mogelijke bijwerkingen van de medicijnen?