

Datum:

In het kader van de Europese Dag Van De Beroerte werd uw cholesterol en bloeddruk gemeten. U kon tevens uw gewicht en lengte (en daarmee de Body Mass Index bepalen).

Uw uitslagen waren:

Cholesterol:

Het gehalte in het bloed	
In mmol/liter	Uitslag
Totaal cholesterol lager dan 5,0	normaal
5,0 - 6,4	licht verhoogd
6,5 - 7,9	verhoogd
hoger dan 8,0	sterk verhoogd

Advies: zie bijgeleverde informatiebrief.

Bloeddruk:

Onder normale omstandigheden, bij een gemiddelde leeftijd wordt bij 120/80 gesproken over een "normale bloeddruk". Bij bijvoorbeeld 130/90 is er nog geen reden tot ingrijpen (onder normale omstandigheden). Een bloeddruk hoger dan 180/100 dient z.s.m. te worden overgemeten. In het tussenliggende gebied - bijvoorbeeld 160/90 bij een 60-jarige persoon - bepaalt de huisarts of er al dan niet zal worden behandeld, afhankelijk van het totale risicoprofiel.

De Body Mass Index

De Body Mass Index (BMI), ook wel Quetelet Index genoemd, is een index voor het gewicht in verhouding tot lichaamslengte.

De BMI wordt als volgt berekend: lichaamsgewicht in kilo's (lengte in meters) x (lengte in meters).

Uw gewicht:

Uw lengte:

De BMI geeft een schatting van het gezondheidsrisico van het lichaamsgewicht. Het gaat er bij de BMI dus niet om wat cosmetisch gezien het mooiste is. De BMI vertoont een relatie met de hoeveelheid lichaamsvet, maar de BMI-waarden geven niet het percentage lichaamsvet aan.

De algemene indeling van de BMI bij volwassenen tussen 18 en 70 jaar van westerse afkomst (voor volwassenen van andere bevolkingsgroepen zoals Aziaten en Afrikanen gelden andere waarden):

BMI (kg/m ²)	Classificatie	Gezondheidsrisico hart- en vaatziekten / diabetes ^{)*}
<18,5	Ondergewicht	laag (maar verhoogd risico op andere aandoeningen)
18,5-24,9	normaal gewicht	gemiddeld / normaal
25-29,9	Overgewicht	Verhoogd
30 en hoger	Obesitas	duidelijk verhoogd

^{*)} Dit risico is mede afhankelijk van andere factoren

Medisch gezien zal de verhoogde BMI en de bijkomende gezondheidsrisico's, zoals een hoog cholesterolgehalte en hart- en vaatziekten in de familie, een richtlijn zijn om af te vallen.

Met vriendelijke groet,

CVA-verpleegkundige van het ADRZ

Mede namens: E.W. Peters, neuroloog