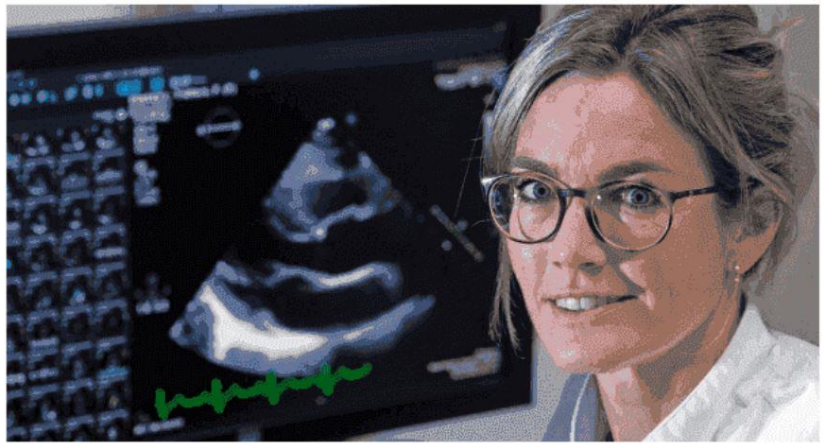


Hart- & Vaatcafé

Het Hart- en Vaatcafé is een initiatief van het hart-longcentrum van Noordwest Ziekenhuisgroep. Ditmaal heeft de informatiebijeenkomst als thema 'hartinfarct', met nadrukkelijke aandacht voor het vrouwenhart. Vrijdag 28 september van 15 tot 17 uur in de Pieter van Foreestzaal in het Alkmaarse ziekenhuis en maandag 19 november van 15 tot 17 uur in de Zuster Kueterzaal in het ziekenhuis in Den Helder. Aanmelding is gewenst, dit kan via wb.bos@nwz.nl. De toegang is gratis.



Cardioloog Mariëlle Duffels: „Het is heel belangrijk juist ook vrouwen op de risico's te wijzen.”

FOTO: JIFOTO.NL/JAN JONG

'Hartziekte geen mannenkwaal'



Marjolein Elfring
m.elfring@hollandmediacomnatie.nl

Den Helder/Alkmaar * Zet een willekeurig voorlichtingsfilmpje aan over hoe te handelen in geval van een hartinfarct en je krijgt in negen van de tien gevallen te zien dat een man gereanimeerd wordt. Het is tekenend voor het heersende beeld dat hart- en vaatziekten vooral mannenkwalen zijn. Niets is minder waar, vertelt cardioloog Mariëlle Duffels van Noordwest Ziekenhuisgroep. Vandaar dat het Hart- & Vaatcafé vrijdag in het ziekenhuis in Alkmaar en 19 november in Den Helder in het teken staat van hartproblemen bij vrouwen.

Met de bijeenkomst sluit Noordwest aan bij Dress Red Day, een dag later op zaterdag 29 september. Deze dag is in het leven geroepen door de Nederlandse Hartstichting om aandacht te vragen voor het feit dat niet alleen mannen, maar juist ook vrouwen met hart- en vaatziekten te maken kunnen krijgen. Aandacht voor hartziekten bij vrouwen is nodig, zegt Duffels. „Er is altijd gedacht dat hart- en vaatziekten vooral bij mannen voorkomen. Er overlijden meer vrouwen aan hartproblemen dan mannen. Het verschil is dat het

vooral vrouwen van boven de 75 zijn en mannen onder de 75 jaar die eraan overlijden.”

Duidelijker

Bij mannen is het vaak eenvoudiger een diagnose te stellen, omdat het in de meeste gevallen duidelijker is waar de klachten vandaan komen. Bij een man is meestal sprake van een duidelijke vernauwing op één plek, terwijl bij een vrouw aderverkalking meer verspreid over een groter gebied kan optreden. „En vrouwen hebben vaak ook nog andere ziekten en meer risicofactoren, waardoor het beeld minder duidelijk is”, aldus Duffels.

Een derde van de vrouwen met een hartinfarct heeft dezelfde, kenmerkende klachten als mannen hebben: een zwaar gevoel op de borst met uitstraling naar arm en kaak,

Infobijeenkomst in teken van vrouwenhart

Vrouwen overlijden vaker door hartfalen

een gevoel van kortademigheid en vermoeidheid. Duffels: „Maar vrouwen wachten om de één of andere reden vaak langer voor ze daarmee naar de dokter stappen.”

Risicofactoren

Iedereen kent de risicofactoren die de kans op hart- en vaatziekten kunnen vergroten: roken, overgewicht, hoge bloeddruk en suikerziekte. „Bij vrouwen is de impact van deze factoren veel groter”, vertelt Duffels. „De vraag is waardoor dat komt. Misschien hormonen of metabolisme, we weten het niet. Maar de kans dat een vrouw die rookt een hart- of vaatprobleem krijgt, is veel groter dan bij een man.” Daarom is het zo belangrijk juist ook vrouwen op de risico's te wijzen, stelt ze. „Bij vrouwen boven de 55, dus na de overgang, zie je bijvoorbeeld de waarden van bloeddruk en cholesterol stijgen. Zelfs al zijn de genoemde risicofactoren verder niet aanwezig, is het aan te raden na de overgang af en

toe bloeddruk en cholesterol te laten controleren.”

Vooruitgang

Er is de afgelopen decennia al heel veel vooruitgang geboekt, benadrukt Duffels. Zowel op het gebied van het vrouwen- als het mannenhart. „Dat zie je aan de cijfers; er overlijden minder mensen aan hart- en vaatziekten. Mensen zijn zich meer bewust van de risicofactoren, waardoor deze zijn afgenomen. Roken is nog steeds wel een groot probleem. Het is een verslaving, waar niet makkelijk van af te komen is. Maar het tast je vaatwanden aan, waardoor cholesterol zich veel makkelijker vasthecht. Als je stopt met roken, herstelt die vaatwand zich aanzienlijk.” Ook de behandeling en diagnostiek bij hart- en vaatproblemen is verbeterd. Duffels: „Denk aan de CT-scan, waarmee we zonder ingreep de kransslagaders in beeld kunnen brengen. Of de PET/CT-scan, waarmee we kunnen zien of er sprake is van zuurstoftekort.” Er is veel winst geboekt, maar we zijn er nog niet, zegt ze. „Het bewustzijn -bij patiënten én bij (huis)artsen- over de risico's op hart- en vaatziekten kan altijd beter.”

Meer vrouwen dan mannen overlijden aan hart- en vaatziekten

'Hartziekte geen mannenkwaal'



Marjolein Elfring
m.elfring@hollandmediacombinatie.nl

Alkmaar * Zet een willekeurig voorlichtingsfilmpje aan over hoe te handelen in geval van een hartinfarct en je krijgt in negen van de tien gevallen te zien dat een man gereanimeerd wordt. Het is tekenend voor het heersende beeld dat hart- en vaatziekten vooral mannenkwalen zijn. Niets is minder waar, vertelt cardioloog Mariëlle Duffels van Noordwest Ziekenhuisgroep. Vandaar dat het Hart- & Vaatcafé vrijdag in het ziekenhuis in Alkmaar en 19 november in Den Helder in het teken staat van hartproblemen bij vrouwen. Met de bijeenkomst sluit Noordwest aan bij Dress Red Day, een dag later op zaterdag 29 september. Deze dag is in het leven geroepen door de Nederlandse Hartstichting om aandacht te vragen voor het feit dat niet alleen mannen, maar juist ook vrouwen met hart- en vaatziekten te maken kunnen krijgen. Aandacht voor hartziekten bij vrouwen is nodig, zegt Duffels.

Infobijeenkomst in teken van vrouwenhart

„Er is altijd gedacht dat hart- en vaatziekten vooral bij mannen voorkomen. Er overlijden meer vrouwen aan hartproblemen dan mannen. Het verschil is dat het vooral vrouwen van boven de 75 zijn en mannen onder de 75 jaar die eraan overlijden.”

Duidelijker

Bij mannen is het vaak eenvoudiger een diagnose te stellen, omdat het in de meeste gevallen duidelijker is waar de klachten vandaan komen. Bij een man is meestal sprake van een duidelijke vernauwing op één plek, terwijl bij een vrouw aderverkalking meer verspreid over een groter gebied kan optreden. „En vrouwen hebben vaak ook nog andere ziekten en meer risicofactoren, waardoor het

beeld minder duidelijk is”, aldus Duffels.

Een derde van de vrouwen met een hartinfarct heeft dezelfde, kenmerkende klachten als mannen hebben: een zwaar gevoel op de borst met uitstraling naar arm en kaak, een gevoel van kortademigheid en vermoeidheid. Duffels: „Maar vrouwen wachten om de één of andere reden vaak langer voor ze daarmee naar de dokter stappen.”

Risicofactoren

Iedereen kent de risicofactoren die de kans op hart- en vaatziekten kunnen vergroten: roken, overgewicht, hoge bloeddruk en suikerziekte. „Bij vrouwen is de impact van deze factoren veel groter”, vertelt Duffels. „De vraag is waardoor dat komt. Misschien hormonen of metabolisme, we weten het niet. Maar de kans dat een vrouw die rookt een hart- of vaatprobleem krijgt, is veel groter dan bij een man.”

Daarom is het zo belangrijk juist ook vrouwen op de risico's te wijzen, stelt ze. „Bij vrouwen boven de 55, dus na de overgang, zie je bijvoorbeeld de waarden van

Hart- & Vaatcafé

Het Hart- en Vaatcafé is een initiatief van het hart-longcentrum van Noordwest Ziekenhuisgroep. Ditmaal heeft de informatiebijeenkomst als thema 'hartinfarct', met nadrukkelijke aandacht voor het vrouwenhart. Vrijdag 28 september van 15 tot 17 uur in de Pieter van Foreestzaal in het Alkmaarse ziekenhuis en maandag 19 november van 15 tot 17 uur in de Zuster Kueterzaal in het ziekenhuis in Den Helder. Aanmelding is gewenst, dit kan via wb.bos@nwz.nl. De toegang is gratis.

bloeddruk en cholesterol stijgen. Zelfs al zijn de genoemde risicofactoren verder niet aanwezig, is het aan te raden na de overgang af en toe bloeddruk en cholesterol te laten controleren.”

Vooruitgang

Er is de afgelopen decennia al heel veel vooruitgang geboekt, benadrukt Duffels. Zowel op het gebied van het vrouwen- als het mannenhart. „Dat zie je aan de cijfers; er overlijden minder mensen aan hart- en vaatziekten. Mensen zijn zich meer bewust van de risicofactoren, waardoor deze zijn afgenomen. Roken is nog steeds wel een groot probleem. Het is een versla-

ving, waar niet makkelijk van af te komen is. Maar het tast je vaatwanden aan, waardoor cholesterol zich veel makkelijker vasthecht. Als je stopt met roken, herstelt die vaatwand zich aanzienlijk.” Ook de behandeling en diagnostiek bij hart- en vaatproblemen is verbeterd. Duffels: „Denk aan de CT-scan, waarmee we zonder ingreep de kransslagaders in beeld kunnen brengen. Of de PET/CT-scan, waarmee we kunnen zien of er sprake is van zuurstoftekort.” Er is veel winst geboekt, maar we zijn er nog niet, zegt ze. „Het bewustzijn -bij patiënten én bij (huis)artsen- over de risico's op hart- en vaatziekten kan altijd beter.”