



## Onderwerp: Hart - en vaatziekten (Verhoogde bloeddruk, cholesterol)

### **Hart - en vaatziekten (Verhoogde bloeddruk, cholesterol)**

In Nederland komen hart- en vaatziekten veel voor. Er kunnen veel oorzaken zijn van het ontstaan hiervan, denk aan een verandering in je voedingspatroon, lichaamsbeweging, roken, stress of alcohol. Er wordt samen met jou gekeken hoe en wat in jouw lifestyle het beste verbeterd kan worden om ervoor te zorgen dat het risico van hart-en vaatziekten verminderd.