

Geachte heer/mevrouw,

Uw huisarts heeft u aangemeld bij Cello omdat er bij u een verhoogd risico op hart- en vaatziekten (HVZ) is gevonden. Hoe kunnen uw kansen op hart en vaatziekten verminderden? Het is wetenschappelijk bewezen dat u door het opvolgen van de adviezen de kans op het ontstaan, of verergeren ervan, kunt verminderen. De mogelijkheid bestaat om gericht hieraan te werken. U krijgt hiervoor een door Cello aangeboden speciale begeleiding en behandeling.

U kunt om verschillende redenen naar onze dienst verwezen zijn. Wellicht heeft u klachten van pijn op de borst of snel vermoeide benen, of komt u uit een familie waar hart- en vaatziekten veel voorkomen. Misschien heeft u al iets ernstigs meegemaakt zoals een hersenbloeding of een hartinfarct. Maar meestal is er sprake van een aandoening die een verhoogd risico op HVZ met zich meebrengt, zoals overgewicht, hoge bloeddruk, nicotineverslaving, suikerziekte of een verhoogde cholesterolspiegel in uw bloed. Heeft u meerdere van bovengenoemde risicofactoren dan versterkt dat elkaar helaas. U kunt dan begeleiding krijgen om aan meerdere risicofactoren tegelijkertijd te werken.

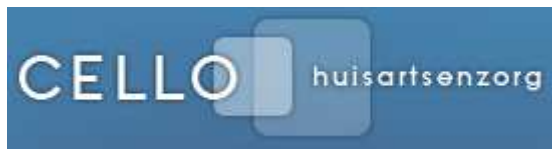
Het Cello programma omvat: aanpassingen van leefgewoonten, dieet, begeleid medicijngebruik en bewegingsadvies. Dit zijn allemaal belangrijke onderdelen die kunnen leiden naar een verlaging van uw risico. Regelmatige controles bij Cello (lichamelijk- en laboratoriumonderzoek) brengen uw vorderingen in kaart. Door te kijken hoe de risicofactoren zich tijdens de begeleiding ontwikkelen kan het programma aangepast kan worden aan uw specifieke situatie.

De basis van het hart- en vaatprogramma wordt gevormd door:

- een stop-roken programma
- een op de persoon gericht dieet (calorieën, eetgedrag, eetpatroon)
- een bewegings-, inspanningsadvies of revalidatie.

In veel gevallen lukt het, alleen al door de adviezen op te volgen, om de bloeddruk te normaliseren, inspanningscapaciteit toe te laten nemen (door meer te bewegen) en de bloedsuikerspiegel- en lichaamsvetpercentage naar beneden te krijgen. De risico's op het krijgen van een hart- en vaatziekte en ziekenhuisopnames worden daarmee fors verkleind. Dit kan dus bereikt worden zonder toevoeging van medicijnen. Niet iedereen heeft in eerste instantie medicijnen nodig om een hoge cholesterol of een hoge bloeddruk te verlagen. U wordt minstens eenmaal per jaar bij Cello gecontroleerd op alle risicofactoren. Deze controle helpt ook om uw verbeterde gezondheid vast te houden.

U kunt met de praktijkondersteuners van Cello een afspraak maken voor een kennismakingsgesprek.



Als u na het lezen van deze brief nog vragen heeft, kom daar bij een volgend contact op terug. Wij helpen u graag verder. Ter voorbereiding van het eerste gesprek en de daarop volgende contacten, kunt u veel informatie over Hart- en Vaatziekten vinden op de website van onze organisatie www.cello-hazorg.nl