

# Naše artérie meníme na viditeľné tepny.



## 1 Čo je Vascular Aging (V.A.) (starnutie ciev) a prečo je to dôležité?

Je to proces, ktorý zahŕňa degeneráciu a tuhnutie cievnej steny, teda procesy, ktoré poškodzujú funkciu ciev. Proces vedie k orgánovému poškodeniu v srdci, mozgu, pľúcach a je nezávislým rizikovým faktorom kardiovaskulárnych ochorení a mortality.

## 2 Ako je možné merať proces V.A. a aká je jeho pridaná hodnota voči už používaným biomarkerom v klinickej praxi?

V.A. sa dá hodnotiť izolovanými aj integrovanými metodikami, morfológicky aj fyziologicky zameranými prístupmi a môže zlepšiť predikciu kardiovaskulárneho rizika.

## 3 Ako sa spája V.A. s procesom chronologického starnutia organizmu?

Vek ciev sa môže v značnej miere líšiť od chronologického veku pacienta.

## 4 Kto najviac profituje z merania V.A.?

Každý pacient, ale najmä pacienti so stredným (intermediárnym rizikom) a so špeciálnymi podmienkami, takí, ktorí by mohli najviac profitovať z reklasifikácie ich kardiovaskulárneho rizika z pohľadu ich terapeutického a klinického manažmentu.

## 5 Prečo sa u niektorých ľudí prejavuje V.A. skôr ako u iných?

Skoré starnutie ciev môže byť dôsledkom genetickej predispozície, naprogramovania procesu v ranom veku vrátane embryonálneho obdobia, nezdravej výživy, inaktivity a pôsobenia rizikových faktorov ako hypertenzia, dyslipidémia, diabetes a obezita.

## 6 Ako dokážeme ovplyvniť V.A.?

Proces V.A. môže byť spomalený zdravým životným štýlom, pravidelným cvičením, úbytkom na hmotnosti, prerušením fajčenia, manažmentu stresu a užívaním predpísanej liečby.

[vascagenet.eu](http://vascagenet.eu)

[twitter.com/VascAgeNet](https://twitter.com/VascAgeNet)

[instagram.com/vascagenet](https://www.instagram.com/vascagenet)

[facebook.com/VascAgeNet-18216-101241358227681](https://www.facebook.com/VascAgeNet-18216-101241358227681)

[youtube.com/channel/UCcZ-sT2U\\_YUkl3RtY4CYKFA](https://www.youtube.com/channel/UCcZ-sT2U_YUkl3RtY4CYKFA)

Toto dielo je výsledkom práce COST  
(European Cooperation in Science and Technology)  
Action 18216 VascAgeNet.



COST is supported by the  
Horizon 2020 Framework Programme  
of the European Union