

Hoe 'scoort' Nederland op hart- en vaatziekten

Hart- en vaatziekten zijn doodsoorzaak nummer 1 in Europa, maar Nederland staat wat betreft de prevalentie ervan in de middenmoot. Onze zorgkosten voor hart- en vaatziekten zijn wel vrij hoog vergeleken met andere Europese landen. Dat blijkt uit een rapport van de European Heart Network.



Afgelopen februari publiceerde de European Heart Network (EHN) een uitgebreid rapport met cijfers over hart- en vaatziekten in Europa.¹ Met het rapport, alweer de vijfde editie, wil de EHN inzichtelijk maken waar de problemen het grootst zijn en hoe de prevalentie zich ontwikkelt in de tijd. Daarnaast laat het rapport zien welk aandeel bepaalde risicofactoren hebben en wat de zorgkosten zijn van hart- en vaatziekten in elk land.

Nederland in de top 3

In Europa zijn hart- en vaatziekten de belangrijkste doodsoorzaak. Jaarlijks sterven meer dan 3,9 miljoen mensen aan hart- en vaatziekten. Dat is bijna de helft (45%) van alle sterfgevallen in Europa. Nederland staat in de middenmoot als het gaat om de prevalentie. We doen het beter dan Kroatië, Turkije, Hongarije en Roemenië, maar minder goed dan Italië en Griekenland. Opvallend is dat Nederland in de top drie staat van landen met het laagste sterftecijfer voor ischemische hartziekten. Daar hebben we wat voor over, want wat betreft hart- en vaatziekten staan we ook in de top drie van landen met de hoogste

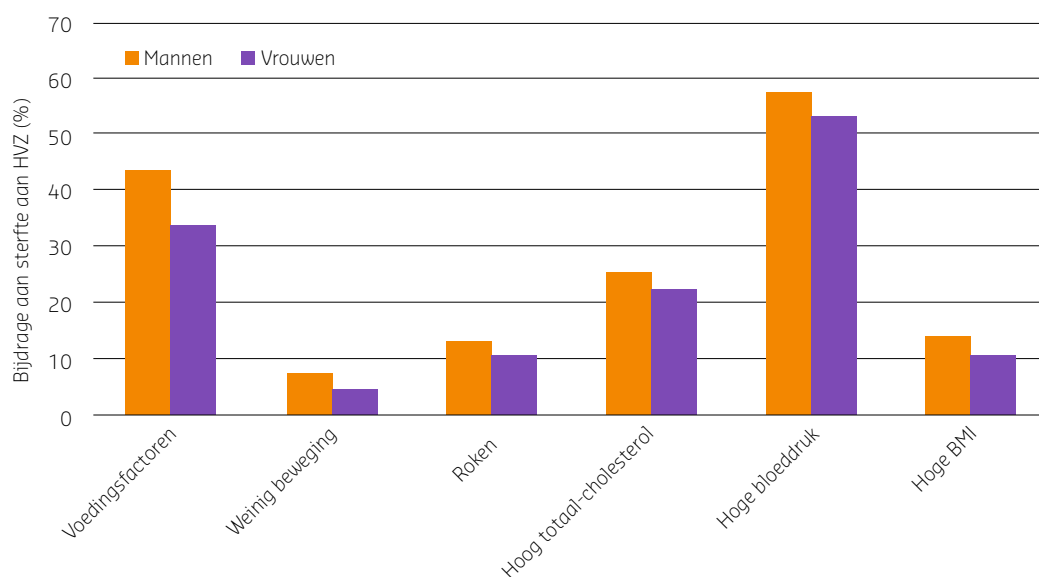
zorgkosten per hoofd van de bevolking (€ 327,- in 2015). Alleen in Duitsland en Finland zijn de zorgkosten voor hart- en vaatziekten hoger.

Belangrijkste risicofactor: voeding

Volgens het rapport van de EHN, getiteld 'European Cardiovascular Disease Statistics' is 34 tot 44% van de sterfte aan hart- en vaatziekten in Nederland toe te schrijven aan voedingsfactoren (Figuur 1). Daaronder vallen: een hoge inname van zout, transvet en vlees en een lage inname van groente, fruit, volkoren graanproducten, noten, vezels en meervoudig onverzadigde vetzuren. Weinig bewegen draagt veel minder (6%) bij aan sterfte door hart- en vaatziekten dan voeding. Dit wil niet zeggen dat beweging onbelangrijk is voor een goede gezondheid, maar onderstreept vooral het belang van gezonde voeding bij de preventie van hart- en vaatziekten.

TEKST: ROB VAN BERKEL

¹ Wilkins E, et al (2017). European Cardiovascular Disease Statistics 2017. European Heart Network, Brussels.



Figuur 1. Procentuele bijdrage van verschillende risicofactoren aan de sterfte aan hart- en vaatziekten in Nederland. Door interacties van verschillende risicofactoren is de totale procentuele bijdrage meer dan 100%. Een hoge inname van zout (voedingsfactor) draagt bijvoorbeeld ook bij aan een hoge bloeddruk.