

VERSLAG: Ons hart en ouder worden

Activiteit	Ons hart en ouder worden	Datum	18/02/2026
Spreker	Dr. Cardioloog Vanvinckenroye	Aanvangsuur	14.00 uur
Locatie	Sarkoheem Zerkegem	score	4,5/5
Verslaggever	Marc Buffel	Aanwezigen	183



Na de voorstelling van de Intersoc-reis naar de Elzas bracht dr. Vanvinckenroye een boeiende lezing over **het ouder wordende hart**. De cardiologe slaagde er moeiteloos in om de 180 aanwezigen te betrekken met een heldere en begrijpelijke uitleg over de werking van ons hart.

Aan de hand van duidelijke tekeningen en foto's lichtte ze eerst de functie en de opbouw van het hart toe. Daarna ging ze dieper in op wat er allemaal kan mislopen. Zo besprak ze onder meer vernauwingen en verstoppingen van de kransslagaders, ritmestoornissen, problemen met de hartkleppen en aandoeningen van de hartspier. Elk van deze onderwerpen werd grondig behandeld: mogelijke oorzaken, herkenbare symptomen en de verschillende behandelingsopties kwamen uitgebreid aan bod. Ook de belangrijkste onderzoeken, zoals het klinisch onderzoek, ECG, inspanningstest, echocardiografie, Holterregistratie en coronair onderzoek, werden toegelicht.

Na de pauze verschoof de aandacht naar het belang van demografie en de factoren die onze gezondheid beïnvloeden. Dr. Vanvinckenroye besprak onder meer de rol van genetica, levensstijl, de aan- of afwezigheid van ziekten en de mentale gezondheid. Ze benadrukte bovendien het belang van een goede opvolging: regelmatige bloeddrukcontrole, het opvolgen van cholesterolwaarden, screening op diabetes en de centrale rol van de huisarts hierin.

Ze sloot haar boeiende uiteenzetting af met enkele eenvoudige maar krachtige adviezen: voldoende bewegen, niet roken en overgewicht vermijden. Een duidelijke boodschap die bij velen ongetwijfeld is blijven nazinderen.

