**Taak 4B-2:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Titel van de taak** | Hoge bloeddruk en voeding (Cholesterol) |
| **Inleiding** | 1. Mevr. Opperdam belt op met een vraag: haar man is bij de arbodienst geweest voor een PAGO en nu bleek daar dat z’n bloeddruk wat aan de hoge kant is en z’n cholesterol ook wel wat lager kan. Hij heeft het advies gekregen om eens met de huisarts te praten over leefregels en een dieet. Ze snapt er niets van: hij is zo mager als een lat en heeft nergens last van. 2. De heer de Groot is hypertensiepatiënt. Hij heeft een aantal keer zijn cholesterolgehalte laten bepalen, dat blijkt steeds te hoog. De arts heeft hem voorgesteld een cholesterolverlagend dieet te gaan volgen. Hij komt daar bij jou een folder over halen.   De heer de Groot stelt je een aantal vragen als je hem de folder meegeeft:   * Heeft dat nou wel zin, zo’n dieet volgen? * Wat gebeurt er als ik het niet volhoud, ik houd van een lekker stuk vlees met jus! * Wat moet mijn vrouw dan voor een dieetmargarine kopen, ik heb daar geen verstand van. Ik moet niks hebben van vegetarisch eten   Je merkt eigenlijk aan alles, dat de heer de Groot niet overtuigd is van het belang van dieet houden. Het is echter op dit moment ontzettend druk in de praktijk, je hebt eigenlijk nu niet veel tijd voor hem. |
| **Werkwijze** | **Maak de volgende vragen:**   1. Wat heeft Cholesterol met hoge bloeddruk te maken? 2. In welke voedingsmiddelen zit veel cholesterol? 3. Fris de kennis van laboratoriumwerk op omtrent cholesterol indien van toepassing (totaal cholesterol; HDL; LDL, ratio). 4. Bestudeer: “Voedingsadviezen bij een verhoogd cholesterolgehalte in het bloed” – Patiëntenbrief op CD-rom in de NHG-Triagewijzer. 5. Schrijf op, hoe je bovenstaande situaties verder aan zou pakken. 6. Beschrijf een situatie uit je eigen verleden (of van vrienden of familie) waarin je zelf het advies van een hulpverlener (arts, assistente, tandarts, etc.) niet opvolgde. 7. Waarom volgde je het advies niet op? 8. Welke groepen geneesmiddelen worden gebruikt om cholesterol te verlagen? 9. Welke worden het meeste gebruikt? |
| **Boeken/Media** | MK, GMD  Internet: Voedingscentrum |