

START



Belgische Cardiologische Liga

Tel: 02 649 85 37
info@liguecardioliga.be
www.cardiologischeliga.be

MEET UW CARDIOMETABOOL RISICO

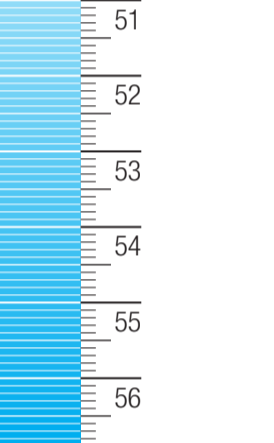
Gebruik de juiste zijde die overeenkomt met uw geslacht



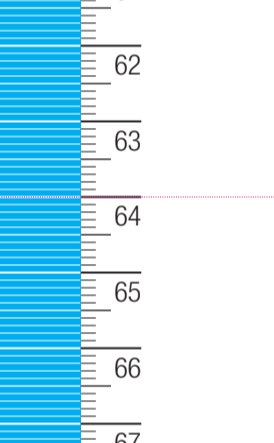
Zoek met de vinger uw onderste rib



Schuif de vingers horizontaal naar het midden van uw buik; u komt ± 2 cm boven uw navel uit

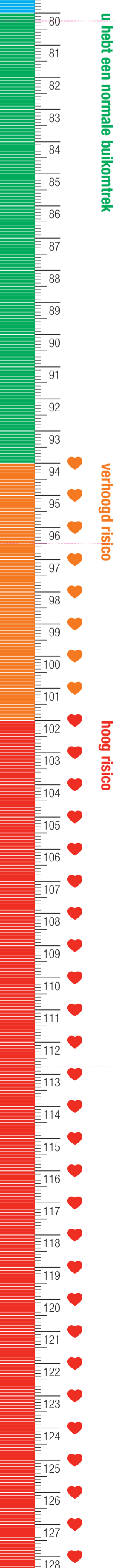


Ter hoogte van dat punt legt u het meetlint horizontaal om uw buik



Meet uw buikomtrek op het einde van een normale uitademing

IS UW BUIKOMETREK \geq DAN 94 CM RAADPLEEG UW HUISARTS



START



Belgische Cardiologische Liga

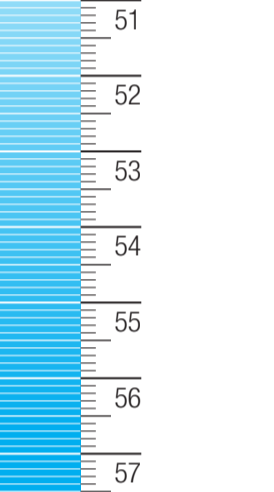
Tel: 02 649 85 37
info@liguecardioliga.be
www.cardiologischeliga.be

MEET UW CARDIOMETABOOL RISICO

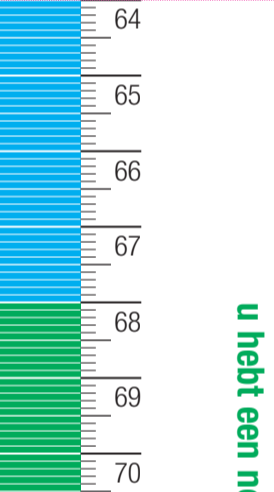
Gebruik de juiste zijde die overeenkomt met uw geslacht



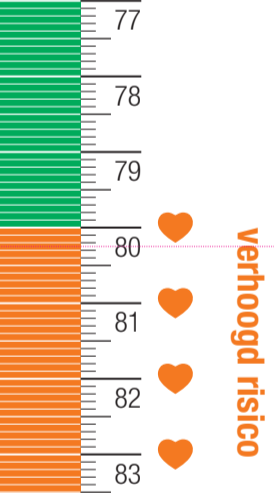
Zoek met de vinger uw onderste rib



Schuif de vingers horizontaal naar het midden van uw buik; u komt ± 2 cm boven uw navel uit



Ter hoogte van dat punt legt u het meetlint horizontaal om uw buik



Meet uw buikomtrek op het einde van een normale uitademing

IS UW BUIKOMETREK \geq DAN 80 CM RAADPLEEG UW HUISARTS

