

## 2. Wie verhindere ich das Fortschreiten von Atherosklerose?

Die Entwicklung von Atherosklerose ist größtenteils auf unsere moderne Lebensweise zurückzuführen. Nikotin, Bluthochdruck, Übergewicht, erhöhte Blutfette (Cholesterin, Triglyzeride), Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit), Bewegungsmangel und Stress stellen die Hauptrisikofaktoren für Atherosklerose dar.

**Um dem Fortschreiten der Atherosklerose wirksam entgegenzuwirken, müssen Sie Ihre Risikofaktoren auf Dauer reduzieren!**

**Kampf gegen die Risikofaktoren bedeutet stets eine Umstellung der Lebensweise. Ihr persönlicher Einsatz ist für Ihren weiteren Gesundheitsverlauf entscheidend!**