

Vraag	Antwoord
Verhoogt perfectionisme de kans op CMD?	Dat lijkt er wel op, het leidt vaker tot vaatspasme
Is het nog mogelijk om aan te sluiten bij het onderzoek (wav assistant programma) waar Angela het over heeft?	We hebben genoeg aanbod van patienten vanuit de 5 ziekenhuizen die officieel deelnemen, maar dank voor aardige aanbod.
Is er een link tussen migraine en coronaire vaatspasme/vernauwing? En kan het zijn dat veelvuldig inname van triptanen n rol speelt in het ontstaan en aanhouden van dit spasme?	migraine is ook een abnormale vorm van vaatkramp en is gekoppeld aan hoger risico op hartziekten. Tryptanen kunnen hartspasmen uitlokken
Zijn vaatspasmen gevaarlijk? Kunnen die bijvoorbeeld leiden tot andere problemen? IK heb een scad gehad en heb begrepen van dokter Damman dat de vaatspasmen (waarvan hij vermoed dat ik die heb) onschuldig zijn en nog lang kunnen aanhouden na Scad	Na een SCAD zien we vaak restklachten door vaatspasmen. Daar kan de medicatie op aangepast worden
Wat wordt er verstaan onder mentale stress? Moet ik dan denken aan een hoge bloeddruk, een lage hrv, een hoge rusthartslag?	Dat heeft Tamara nu wel goed uitgelegd denk ik
Welke klachten zijn vooral dominant bij vrouwen met cardiovasculaire klachten ten gevolge van stress? Wanneer moet ik me zorgen maken?	Wanneer je zelf merkt dat bepaalde stressvolle situaties steeds klachten geven. Dan moet je er wat aan doen
Is er een manier om acute overwachte stress te reduceren zodat de lichamelijke klachten zoals hartritme stoornissen ect optreden	Leren stress te hanteren. Goede Yogatraining helpt zeker
Ik hoor een paar keer voorbij komen m.b.t. spasmen dat er pijn op de borst wordt aangegeven. Met name bij inspanning. Zijn er nog andere symptomen?	zeker, luchttekort, gevoel dat je borst wordt aangesnoerd, pijn tussen de schouderbladen, pijn in de kaken of bovenarmen. Zwaar en moe gevoel, alsof alle energie ineens weg is.
Angela, bij het lijstje risicofactoren staat geen alcohol. Ik drink niet, moet ik toch maar gaan drinken?	Matigheid is belangrijk . niet drinken is ws het beste
Is het begrip pijn op de borst niet misleidend in een gesprek met de arts als er geen pijn gevoeld wordt op de borst maar bijv in de schouders. De term wordt wel altijd gebruikt	klopt, maar we moeten ook vragen naar uitstraling van de klachten en andere plaatsen waar je klachten kan ervaren, en ook wanneer het komt en hoe lang het duurt. Luchttekort kan ook komen door zuurstoftekort.
Is er ook een combinatie mogelijk van atherosclerose en vaatspasme bij een grote hoeveelheid (langdurige) stress?	jazeker, het versterkt elkaar
zijn CMD klachten terug te brengen naar n klachtenvrij leven met alleen n aanpassing van levensstijl?	meestal heb je ook medicatie nodig, verandering van leefstijl is meestal niet voldoende

klachten op de borst (niet altijd pijn) wordt vaak afgedaan als stress en psychisch, terwijl het naar mijn idee echt cardiaal is. Cardioloog geeft aan: ga maar sporten dan gaat het vast beter. Maar helaas... wat dan?	second opinion elders
is al 2e cardioloog/team	We hebben in het Radboud nu een team dat werkt aan vaatspasme
hoe weet je of iemand echt kundig is in CMD?	Gewoon vragen of ze dit ook testen en een goede vervolgbehandeling kunnen bieden. Voor veel centra is het nieuw en die zijn er nu ervaring mee aan het opdoen
Tamara, en misschien die kerels een paar van die ballen geven die wij vrouwen omhoog moeten houden?	De dagelijkse taken thuis meer verdelen nu de meeste vrouwen ook een carrière hebben.
is er een verband tussen microspasmen en risico van het krijgen van een takotsubo infarct?	Meestal komt een Takotsubo plotseling na heftige emotionele gebeurtenis. Dan is er wel een soort verlamming in de microvaatjes, die in de loop van een paar weken moet herstellen.
Op de beginpagina stond bij cholesterol de zin ken je cijfers: 5/3/1. Wat betekent het precies?	Totaal cholesterol < 5; LDL <3, HDL >1
Als een grote stressfactor voorbij is, wat voor invloed heeft dat op CMD?	Dan kunnen de klachten veel minder worden.
hoe slecht zijn opvliegers voor de vaten?	Niet slecht, opvliegers zijn geen risicofactor, kunnen wel wijzen op de ontwikkeling van hoge bloeddruk
Is het de bedoeling dat de app waar Angela het over had in de toekomst voor meerdere patienten beschikbaar komt?	Zeker
In hoeverre spelen hormonale invloeden ook een rol? Overgangsklachten?	Veel overgangsklachten die richting het 60e jaar blijven voorkomen kunnen wijzen op een hoger risico op hart- en vaatziekten. Rond het 50e jaar hoort het er gewoon bij
Extra hartslagen, ongeveer 45% , uit de RVOT kan dat ook een oorzaak van stress zijn?	Extra overslagen zien we zeker vaker in stressvolle perioden
bij vaatkrampen: als het in weken rustig is en de krampen nemen weer toe. Gebruik je dan in de rustige weken ook de medicijnen die je voorgeschreven hebt gekregen of niet?	We leren de patienten om in rustige perioden wat te minderen met de medicatie en als het nodig is weer wat extra te gebruiken
takotsubo is toch vrij zeldzaam?	ja, 3% van alle hartinfarcten
Waarom kan er bij angina Prinzmetal niet gedotterd worden	Nee, dat heeft geen zin

Als je klachten hebt gehad door stress, is dit dan blijvend of kan door het terug brengen van stress de klachten helemaal verdwijnen?	Meestal worden de klachten veel minder als stress afneemt, maar het kan ook weer erger worden , want er is nu eenmaal vaak even stress in het leven
Kan dit wel andersom, dat je juist na een Takotsubo meer last kan krijgen van vaatspasme	ja, dat lijkt er wel op. Veel vrouwen houden wat klachten na die tijd.
Bij scad worden een aantal adviezen gegeven m.b.t. sporten. Bijvoorbeeld zorg dat je hartslag niet te hoog wordt. Paardrijden is een sport waarbij de hartslag relatief hoog oploopt, met pozes van 170+. Is dat schadelijk, of is het met name in het herstel na scad dat je dat moet voorkomen?	Ik ken deze adviezen niet, ik weet alleen dat je extreme sporten zoals zwaar gewichtheffen beter niet kan doen. Paardrijden is geen enkel probleem.
Kan Hartcoherentie zinvol zijn ?	Ik weet niet wat dat is
Ik heb onlangs een SCAD doorgemaakt , kunt u een mogelijke oorzaak aan te geven van een SCAD ?	Bij 1/3 hoge bloeddruk, maar dus ok stress. 1/3 heeft een bindweefselaandoening FMD, dat moet onderzocht worden.
Als het gaat over de invloed van stress bij het ontstaan van Scad. Gaat het dan met name over acute stress (waardoor bijv bloeddruk verhoogd en dus makkelijker een scheur ontstaat?)	nee, juist meer om chronische stress gedurende maanden-enkele jaren
Is er iets bekend over wat een gezonde hrv is? En heeft een hoge hrv verband met minder risico op hartproblemen	Dat wisselt per persoon. Te snel oplopen van de HR bij inspanning is heel storend en leidt vaak tot klachten van lutttekort.
Kun je door langdurige hoge bloeddruk en stress microspasmen krijgen, ook op onder de dertig jaar? Kan de schade die dan ontstaat weer herstellen als de bloeddruk weer gereguleerd is?	Dat lijkt zeker mogelijk. Juist op die leeftijd is het goed mogelijk om het helemaal tot rust te laten komen als de bloeddruk goed wordt behandeld.
Ik ben een 56 jarige vrouw en heb een openhartoperatie ondergaan. Ik had een pijn tussen de schouderbladen en uitstraling naar rechterarm. Er werd gezegd dat je een aneurysma niet voelt. aneurysma van 57 mm in de borst aorta. Lang chronisch stress gehad en te lang de ballen hoog gehouden. 2 jaar met vage klachten gelopen wat veelal op stress en overgang werd gegooid. Toch bleef ik klachten houden zoals pijn op borst inmiddels veel nieuwe onderdelen maar de pijn op de borst blijft. Ook regelmatig kortademig. Waar moet ik op letten en welke actie moet ik ondernemen?"	Let op de bloeddruk, de meeste mensen met een aorta aneurysma hebben een te hoge bloeddruk . De streefwaarden moeten echt lager zijn dan bij gezonde mensen.
Is er een relatie tussen sommige voedingsmiddelen (chocolade bijv) en hartritmesoornissen gevonden?	Niet dat ik weet. Teveel zoet en teveel zout is niet gezond.
Na een SCAD nog met regelmaat druk/pijn op de borst. Hiervoor Diltiazem gekregen maar ook nu nog vaak in de avond deze klachten. Moet de	Ik denk dat u wat meer diltiazem nodig heeft.

medicatie aangepast worden of kan het geen kwaad om deze druk/pijn te negeren? Kan dit overgaan in de loop van de tijd? Of na de overgang?	
Kan een micro vasculair lijden ook voorkomen bij een lage bloeddruk? Want ik heb een lage bloeddruk maar wel alle ander klachten ivm een extreme stressvolle periode van 10-jarige echtscheidingsprocedure.”	Dat kan, maar dan moet de diagnose wel met een test gesteld worden, anders weet je het nooit zeker
kan bij ernstige aderverkalking een vaccinatie van covid kwaad?	Nee, juist niet
Kan stress ook de enige reden zijn van een hartinfarct? (in mijn geval SCAD)	helaas wel
Gebuiken jullie ook act-interventies of therapie om LIFE style te verbeteren?	Daar ben ik (prof. dr. Maas) niet mee bekend
Wat betreft de schade aan de microvaatjes, is de kans groot wanneer er door langdurige stress en ernstige, onbehandelde hypertensie al schade is aangetoond aan de ogen en de nieren er tevens schade is aan de microvaatjes van het hart en zijn de klachten die hier uit voortkomen blijvend ondanks de jonge leeftijd? Ik heb begrepen dat men terughoudend is om de onderzoeken die dit daadwerkelijk kunnen aantonen toe te passen.	Klachten hoeven niet blijvend te zijn, als de hoge bloeddruk maar op tijd en goed wordt behandeld. Als dat niet zo is gaan de microvaatjes op den duur verstijven en kan je op oudere leeftijd hartfalen krijgen door een stijve hartspier.