Estimez l'âge de vos artères

Pour chaque question, trouvez le nombre de points correspondant à votre sexe et à votre situation. Le total des points vous permet de calculer votre âge vasculaire.

1. Quel âge avez-vous ?

	Femme	Homme
30 - 34	0	0
35 - 39	2	2
40 - 44	4	5
45 - 49	5	6
50 - 54	7	8
55 - 59	8	10
60 - 64	9	11
65 - 69	10	12
70 - 74	11	14
75 et +	12	15

2. Êtes-vous fumeur ?

	Femme	Homme
Non	0	0
Oui	3	4

3. Êtes-vous diabétique ?

	Femme	Homme
Non	0	0
Oui	4	3

4. Quelle est votre pression systolique ?
(La pression artérielle est définie par 2 chiffres : le premier, le plus haut, correspond à la pression systolique)

Si vous êtes non traité par des médicaments pour l'hypertension

	Femme	Homme
< 120	-3	-2
120 - 129	0	0
130 - 139	1	1
140 - 149	2	2
150 - 159	4	2
160 et +	5	3

Si vous êtes traité par des médicaments pour l'hypertension

	Femme	Homme
< 120	-1	0
120 - 129	2	2
130 - 139	3	3
140 - 149	5	4
150 - 159	6	4
160 et +	7	5

5. Quel est votre taux de cholestérol total en g/l ?

	Femme	Homme
< 1,60	0	0
1,60 - 1,99	1	1
2,00 - 2,39	3	2
2,40 - 2,79	4	3
2,80 et +	5	4

6. Quel est votre taux de HDL cholestérol en g/l ?

	Femme	Homme
0,6 et +	-2	-2
0,50 - 0,59	-1	-1
0,45 - 0,49	0	0
0,35 - 0,44	1	1
< 0,35	2	2

Votre total de points est :

Estimez l'âge de vos artères en reportant le total de vos points

Total des points	Femme	Homme
< 0	< 30 ans	< 30 ans
1	31 ans	32 ans
2	34 ans	34 ans
3	36 ans	36 ans
4	39 ans	38 ans
5	42 ans	40 ans
6	45 ans	42 ans
7	48 ans	45 ans
8	51 ans	48 ans
9	55 ans	51 ans
10	59 ans	54 ans
11	64 ans	57 ans
12	68 ans	60 ans
13	73 ans	64 ans
14	79 ans	68 ans
15 et +	> 80 ans	
15		72 ans
16		76 ans
17 et +		> 80 ans

Votre âge réel : ans
Votre âge vasculaire estimé : ans

Calculez l'âge de vos artères sur **www.comiteHTA.org**

© CFLHTA – Conception Capital Image 2009 – Tél. : 01 45 63 19 00 – RCS PARIS B 331 444 786 (985 B 00791) – Collage original : Marianne Guillerand – Photos : Fotolia, D.R.