Hartcheckpunt



Feiten en cijfers voor medisch professionals

April 2026

Hartstichting



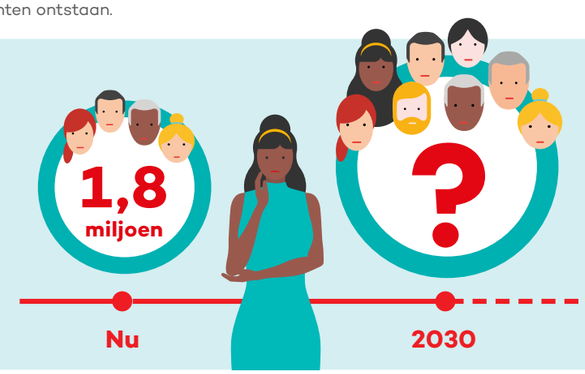
Wat zijn Hartcheckpunten?

Bij een Hartcheckpunt krijgen mensen inzicht in hun hartgezondheid. Ze kunnen er gratis hun bloeddruk, cholesterol, bloedsuiker en BMI laten meten. En ze kunnen er met leefstijladviseurs in gesprek over wat zij zelf kunnen doen om hun hart gezond te houden.

Dat is belangrijk, want 55% van de hart- en vaatziekten is te voorkomen met een gezondere leefstijl. We helpen mensen om nu in actie te komen, vóórdat er klachten ontstaan.

Actie hard nodig

Op dit moment leven er bijna **1,8 miljoen** Nederlanders met een hart- of vaatziekte. Als we niet ingrijpen, loopt dit aantal snel op en neemt de druk op de zorg sterk toe.





Doelgroep

Het Hartcheckpunt is bedoeld voor mensen van 40 tot 70 jaar, die geen hart- of vaatziekte hebben en die geen medicijnen gebruiken voor hun bloeddruk, cholesterol of bloedsuiker.



Adviezen

Bezoekers krijgen direct uitleg over hun meetresultaten en persoonlijk advies. In samenwerking met (lokale) partners helpen we hen om ondersteuning te vinden op het gebied van bewegen, sporten, gezond eten en stoppen met roken. Zo kunnen zij hun meetwaarden verlagen of gezond houden. En als het nodig is verwijzen we door naar de eigen huisarts.



Doel

Met de Hartcheckpunten willen we mensen inzicht geven in wat zij zelf kunnen doen voor hun hartgezondheid. We willen niet wachten tot mensen ziek worden, we willen hen helpen om dat te voorkomen!



Effect op lange termijn

We willen dat het normaal wordt om goed voor je hart te zorgen door gezond te leven en elk jaar een check te doen. Uiteindelijk willen we bereiken dat steeds minder mensen een hart- of vaatziekte krijgen, en dat daarmee ook de druk op de zorg vermindert.

Aantal Hartcheckpunten groeit

- **2023** 12 Hartcheckpunten
- **2024** 100 Hartcheckpunten
- **2025** 196 Hartcheckpunten
- **2026** 250 Hartcheckpunten
- **2027** 350 Hartcheckpunten
- **2028** 500 Hartcheckpunten

Eerdere resultaten

Een Hartcheckpunt staat één dag op een laagdrempelige openbare locatie zoals een bibliotheek of buurthuis. In 2025 organiseerden we op die manier **196 Hartcheckpunten** verspreid over heel Nederland. Hiermee ontvingen we **14.405 bezoekers** met een gemiddelde leeftijd van **59,9 jaar**.

Bloeddruk



Bij **13.762** bezoekers is de bloeddruk gemeten.

27%
van deze bezoekers had een verhoogde bloeddruk.

30%
van de bezoekers met een verhoogde bloeddruk kwam daar op het Hartcheckpunt voor het eerst achter.

Cholesterol

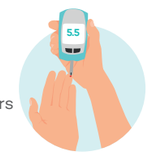


Bij **13.095** bezoekers is het totaal-cholesterol gemeten.

69%
van deze bezoekers had een verhoogd cholesterol.

35%
van de bezoekers met een verhoogd cholesterol kwam daar op het Hartcheckpunt voor het eerst achter.

Bloedsuiker



Bij **14.165** bezoekers is de bloedsuiker gemeten.

12%
van deze bezoekers had een verhoogde bloedsuiker.

36%
van de bezoekers met een verhoogde bloedsuiker kwam daar op het Hartcheckpunt voor het eerst achter.

Wat betekent dit voor jou?

Staat er binnenkort een Hartcheckpunt bij jouw praktijk in de buurt? Dan kun je je patiënten hierop attenderen als zij binnen de doelgroep vallen. Bijvoorbeeld als je verwacht dat zij baat kunnen hebben bij leefstijladviezen of contact met leefstijlaanbod in de wijk. Daarnaast kan het zijn dat patiënten na hun bezoek aan het Hartcheckpunt contact opnemen met de huisartsenpraktijk om verhoogde waarden door te geven of te bespreken.

Bezoekers vertellen:



Erik bezocht een Hartcheckpunt in Maastricht: “Ik verwachtte geen bijzonderheden. Ik ben 53 jaar, ik sport veel en heb nooit klachten ervaren. Toch was mijn cholesterol verhoogd. Ik ben nu meer gaan letten op mijn voeding.”



Zaynab bezocht een Hartcheck-punt in Utrecht: “Veel waarden waren niet goed en ik schrok daar toch wel van. Het klopt dat ik te weinig beweeg. Je bewust worden dat bijvoorbeeld lopen tot verbetering kan leiden is belangrijk.”



Heb je interesse om samen te werken, wil je meer weten of wil je meedenken?

Dan horen we graag van je! Want gezamenlijk kunnen we Nederland hartgezonder maken.

Kijk op **hartstichting.nl/hartcheckpunt**
Of neem contact op met het projectteam!

checkpunt@hartstichting.nl

Meer informatie

In relatie tot de zorg

Afkapwaarden en doorverwijzing

Op de Hartcheckpunten doen we preventieve metingen. De afkapwaarden en adviezen zijn opgesteld op basis van medische richtlijnen en/of afgestemd met huisartsen. De nadruk ligt op leefstijladvies en doorverwijzing naar geschikte leefstijlinitiatieven in de wijk. Daarnaast adviseren we zo nodig om verhoogde waarden door te geven aan de huisartsenpraktijk of te bespreken met de huisarts.
Wil je onze adviezen inzien? Download dan het resultatenboekje voor bezoekers. Die vind je op hartstichting.nl/hartcheckpunt bij 'informatie voor professionals'.

Samenwerking met huisartsen

De Hartstichting denkt zorgvuldig na over de inrichting en opvolging van de Hartcheckpunten om de zorg zoveel mogelijk te ontlasten. We nodigen de eerstelijnszorg graag uit om hierover mee te denken.

Ons personeel

Metingen worden uitgevoerd door getrainde uitzendkrachten, veelal (para)medisch studenten. Zij worden ondersteund door een coördinator die het eerste aanspreekpunt is bij onverwachte situaties. Op de achtergrond is een medisch callcenter beschikbaar voor aanvullende ondersteuning bij complexe vraagstukken. De Hartstichting is aangemeld als zorgaanbieder bij het CIBG.

Doelgroep

Hoe is de doelgroep gekozen?

De Hartcheckpunten zijn bedoeld voor mensen van 40 tot 70 jaar die geen hart- of vaatziekte hebben en geen medicijnen gebruiken voor bloeddruk, cholesterol of bloedsuiker.

De adviezen die we bezoekers geven zijn gericht op deze doelgroep en gebaseerd op medische richtlijnen en gesprekken met huisartsen. Vanaf je 40e heb je een hogere kans op risicofactoren op hart- en vaatziekten, zoals een verhoogde bloeddruk. En vanaf je 70e neemt de kans toe dat meerdere factoren meespelen, waardoor het geven van een goed advies te ingewikkeld wordt voor de huidige opzet van de Hartcheckpunten.

Aan mensen buiten de doelgroep raden we af om een Hartcheckpunt te bezoeken. Bij mensen die jonger dan 18 jaar of zwanger zijn kunnen we geen metingen uitvoeren.

Door het project met één doelgroep te starten, kunnen we nu al een verschil maken voor de hartgezondheid van Nederland. We zoeken naar mogelijkheden om in de toekomst ook andere doelgroepen goed te kunnen helpen.

Gelijke kansen

We willen toe naar een toekomst met gelijke gezondheidskansen. Daarom besteden we extra aandacht aan onze locatiekeuzes, samenwerking met lokale partners en begrijpelijke voorlichting.

Toekomst

Effectiviteit

We gebruiken onze praktijkervaringen en monitoring om de kwaliteit van de Hartcheckpunten stap voor stap verder te verbeteren. Daarnaast werken we aan een wetenschappelijke evaluatie van de Hartcheckpunten in samenwerking met experts en onderzoekers. Met deze evaluatie willen we de komende jaren inzicht krijgen in de impact en (kosten) effectiviteit van de Hartcheckpunten.

Financiering

Op dit moment investeert de Hartstichting in de checkpunten. Voor financiering in de toekomst verkennen we verschillende mogelijkheden. De ervaring en kennis die we nu opdoen zullen ons helpen in een uiteindelijke business case voor verdere financiering.

Eventuele bijdragen van samenwerkingspartners, financieel of in kind, zijn altijd in overleg en worden vooraf getoetst aan onze Gedragscode samenwerking bedrijven.



Kijk op **hartstichting.nl/hartcheckpunt**
Of neem contact op met het projectteam!

checkpunt@hartstichting.nl