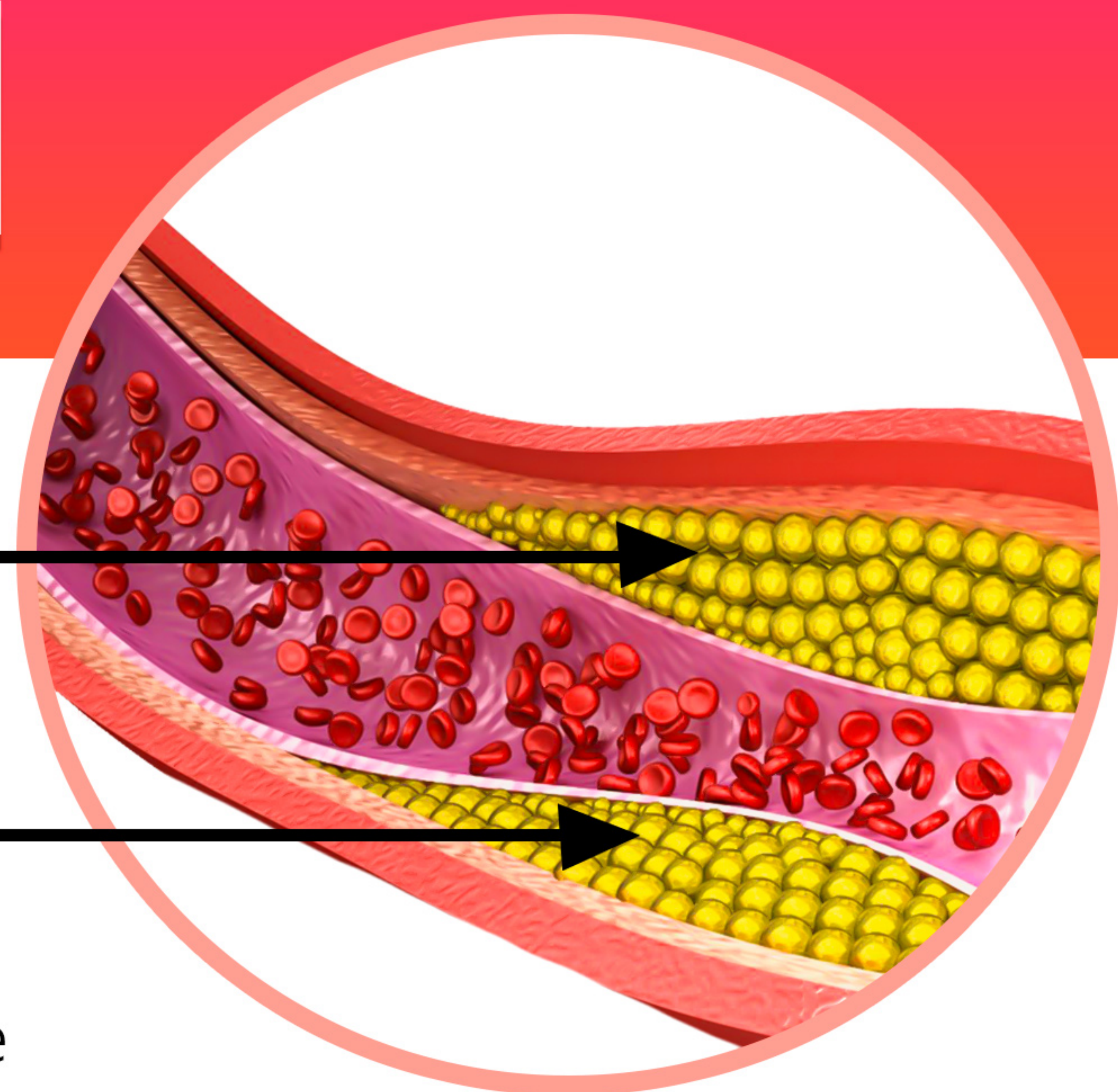


ХОЛЕСТЕРИН



**Высокий уровень холестерина -
ключевой фактор риска атеросклероза**

ЛНП
“Плохой
холестерин”



Холестерин необходим для жизнедеятельности человека. Он поступает в организм с пищей, но главным образом вырабатывается в печени. Холестерин переносится по кровеносным сосудам вместе с белками — липопротеидами.

Липопротеиды низкой плотности (ЛНП) вредны для человека, так как способствуют развитию атеросклероза: они откладываются в стенках кровеносных сосудов и могут вызвать их закупорку (так развивается инфаркт миокарда).

Липопротеиды высокой плотности (ЛВП), напротив, полезны: они захватывают холестерин из тканей и сосудов и доставляют его обратно в печень, препятствуя тем самым развитию атеросклероза.

Для снижения риска инфаркта миокарда и других осложнений атеросклероза необходимо снижать уровень холестерина
Нормативные показатели липидов для здоровых людей:

Общий холестерин < 5,0 ммоль/л

ЛНП («плохой холестерин») < 3,0 ммоль/л

ЛВП («хороший холестерин») > 1,0 ммоль/л у мужчин
> 1,2 ммоль/л у женщин

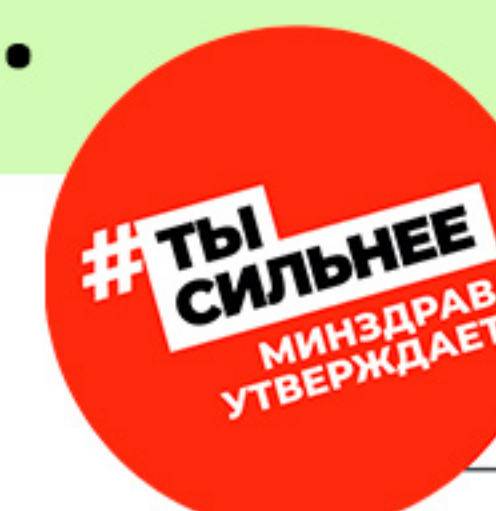
Триглицериды < 1,7 ммоль/л

Рекомендуемый уровень холестерина у больных ишемической болезнью сердца, сахарным диабетом, хронической болезнью почек и людей с высоким сердечно-сосудистым риском :

ЛНП («плохой холестерин») < 1,8 ммоль/л

Снижению уровня холестерина способствует соблюдение диеты с ограничением насыщенных жиров. При необходимости врач назначит вам лекарства, снижающие уровень холестерина, которые важно принимать регулярно и длительно.

ГБУ "Курганский областной центр медицинской профилактики, лечебной физкультуры и спортивной медицины"



8 800 200 0 200
TAKZDOROV.RU