

Что я должен знать о холестерине?

Какой уровень холестерина считается нормальным?

Менее 5 ммоль/л.

Почему необходимо снижать высокий уровень холестерина, если я его не ощущаю?

Избыточный холестерин откладывается на стенках кровеносных сосудов, вызывая уменьшение их диаметра. Сужение сосудов затрудняет кровоток, а ведь с его помощью в организм поставляются питательные вещества и кислород. Проблема сужения сосудов нередко приводит к нарушению снабжения кислородом сердца или мозга. В итоге это может предопределить развитие сердечно-сосудистых осложнений, таких как инфаркт миокарда и инсульт.

У меня обнаружили высокий уровень холестерина в крови. Что я могу сделать?

Лечение должно начинаться с диеты (правильное питание), изменения образа жизни (отказ от вредных привычек, посильные физические нагрузки), профилактики сопутствующих заболеваний и возможных осложнений. Вам необходимы специальные физические упражнения (лечебная гимнастика). Объем нагрузок определяется лечащим врачом.

Если Ваш вес превышает норму (а это тоже негативно сказывается на уровне холестерина), то наиболее эффективной программой по его снижению станет комбинация правильного питания и повышения физической активности.

Почему в дополнение к диете мне назначили лекарство для снижения уровня холестерина?

Соблюдение диеты может привести к снижению уровня холестерина на 10-15 %. Для достижения нормального уровня холестерина этого часто бывает недостаточно. В таком случае доктор назначает Вам лекарство.

Если при этом Ваше артериальное давление (АД) будет превышать 140/90 мм рт. ст., то врач должен пересмотреть лекарственную терапию и назначить более эффективное лечение.

Как убедиться, что лекарство работает?

После курса лечения необходим повторный анализ уровня холестерина в крови. По результатам анализа врач решит, в какой дозе Вам далее принимать лекарство.

Сколько времени я должен принимать препараты, снижающие уровень холестерина в крови?

Постоянно и в течение длительного времени. Не поддавайтесь искушению прекратить приём этих препаратов без предписания врача, даже если уровень холестерина снизился до нормы, и Вы себя хорошо чувствуете. Необходимо закрепить эффект.

В ГБУЗ РМ «Республиканская клиническая больница №5» имеются все возможности для профилактики и всестороннего обследования пациентов, установления правильного диагноза, определения уровня риска развития различных сердечно-сосудистых заболеваний и осуществления эффективного лечения и последующей реабилитации.