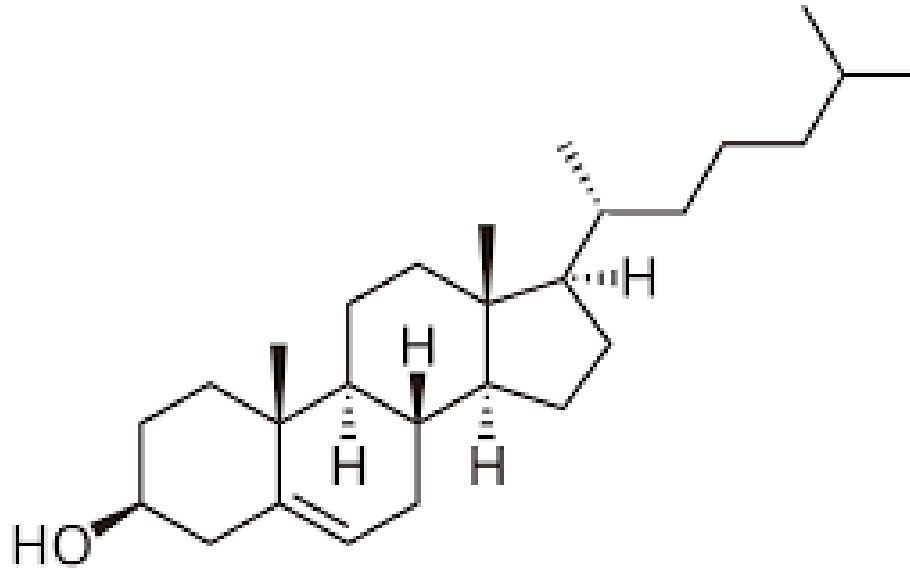


Cholesterol - dobrý sluha, zlý pán

Bc. Yveta Migrová
Zuzana Gálová

Čo je to cholesterol?

- Tuková látka
- Štruktúra - hustý olej
- Nachádza sa v bunkách a krvi každého cicavca
- Rastlinám táto látka chýba



Na čo slúži cholesterol?

- Bez cholesterolu nemôže ľudské telo fungovať
- Potrebuje ho každá bunka pre svoj normálny chod
- Je súčasťou žlčových kyselín, nevyhnutných pre vstrebávanie tukov v čreve
- Východisková látka vitamínu D
- V organizme sa nachádza približne 140g, 90% je prítomných v bunkových membránach

Druhy cholesterolu

- Cholesterol je prenášaný obehovým systémom na dvoch lipoproteínoch, časticiach tvorených tukom a bielkovinami
- Častice prenášajú cholesterol z krvného riečišťa do buniek
- Sú to lipoproteíny s vysokou hustotou **HDL** (High density) a lipoproteíny s nízkou hustotou **LDL** (Low density)
- V skutočnosti je cholesterol len jeden, len v krvi cirkuluje vo väzbe na rôzne bielkoviny

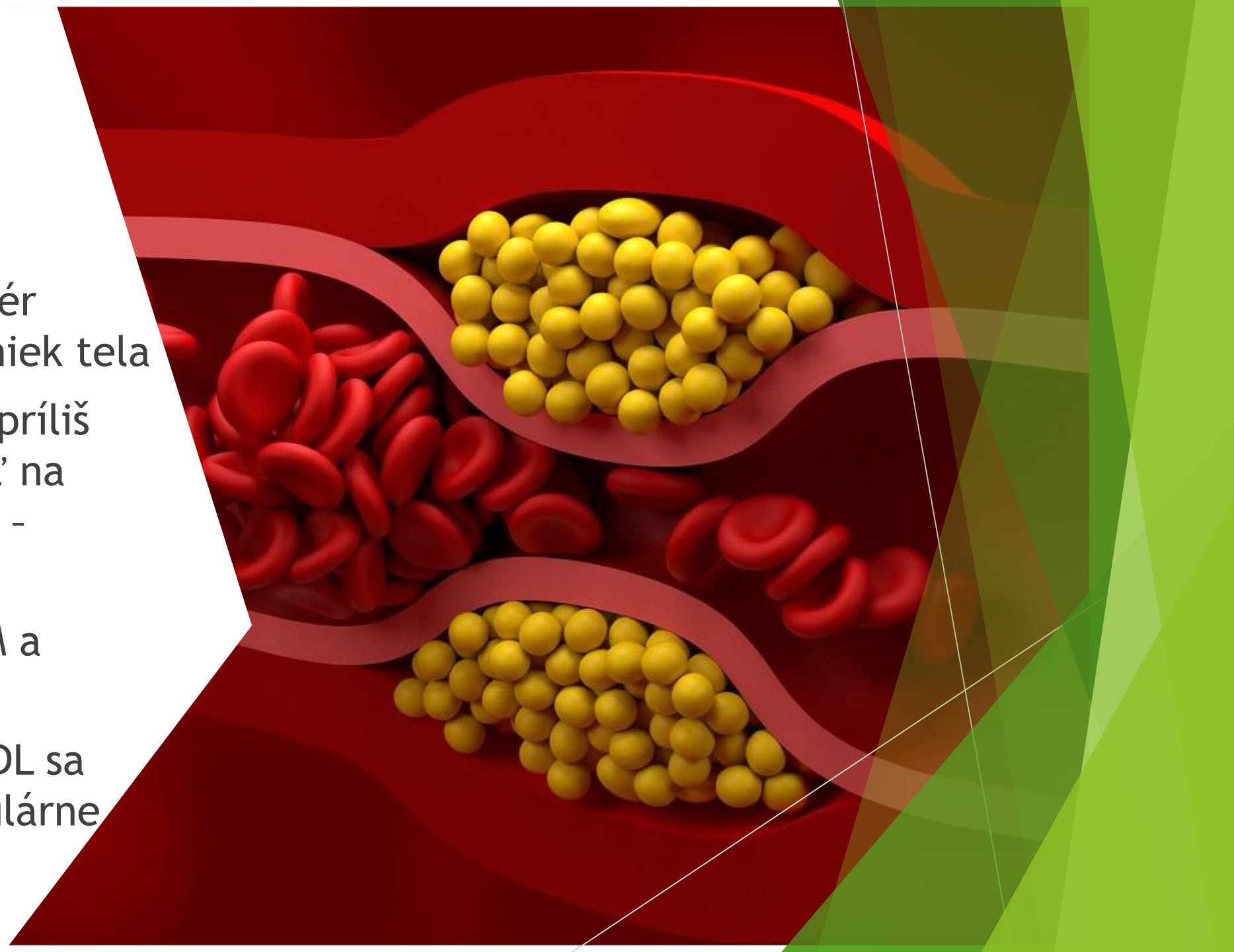
HDL - dobrý cholesterol

- Je pre telo prospešný, odvádza z tela zlý cholesterol a prenáša ho späť do pečene, kde sa rozloží aby už nenapáchal žiadne škody
- Z pečene sa dostáva do žlče a opúšťa ľudské telo
- HDL dokonca odstraňuje cholesterol aj z tukových usadenín v cievach
- Je spojený so zmierňovaním kardiovaskulárneho rizika a so znížením rizika vzniku civilizačných ochorení



LDL - zlý cholesterol

- Je hlavný transportér cholesterolu do buniek tela
- Ak ho v krvi koluje príliš veľa môže sa usadiť na stenách našich ciev - **ateroskleróza**
- LDL je spojený s DM a vysokým TK
- Znížením hladiny LDL sa znižuje kardiovaskulárne riziko



Ako sa meria hladina cholesterolu v krvi?

- Meria sa v milimoloch na liter (mmol/l)
- Hodnoty:
 - Celkový cholesterol - 2,90 - 5,00 mmol/l
 - HDL cholesterol - 1,20 - 2,70 mmol/l
 - LDL cholesterol - 1,20 - 2,60 mmol/l

Hypercholesterolémia

- Rizikové faktory:
- Neodstrániteľné - vek, pohlavie, genetika
- Odstrániteľné - fajčenie, stres, alkohol, hypertenzia, sedavé zamestnanie
- Vedľajšie - DM, obezita, telesná inaktivita, emočný stres

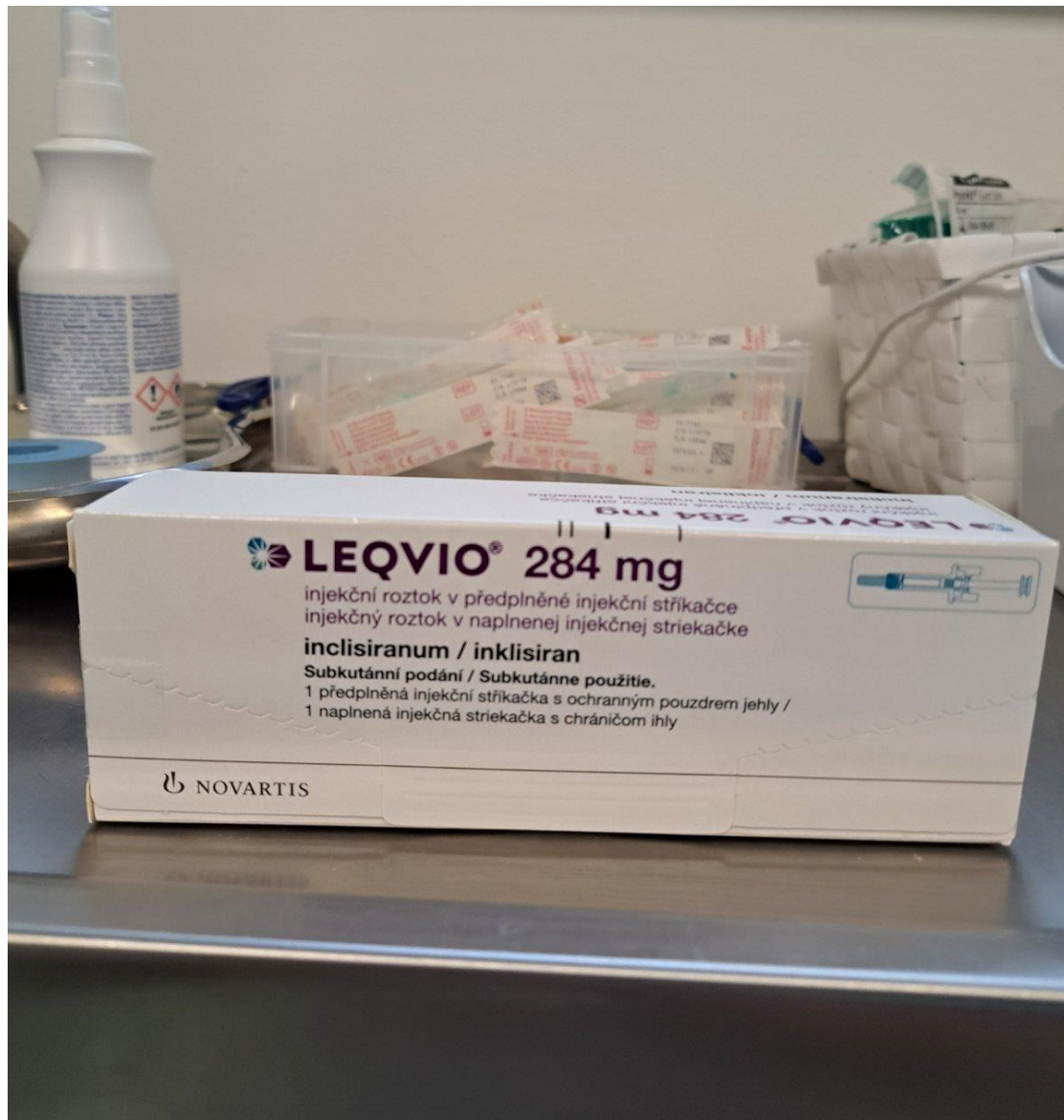


Ako znížiť hladinu LDL cholesterolu?

- Existuje množstvo dôkazov, ktoré hovoria o vzťahu medzi cholesterolom a rozvojom srdcovocievnych či mozgovo cievnych komplikácií a preto je dôležité sledovať hladinu cholesterolu
- Zmena životného štýlu (diétne opatrenia, pohyb, nefajčenie, prírodné doplnky)
- Užívanie statínov
- Injekčná liečba
- Nové možnosti liečby: Leqvio 284 mg

Leqvio 284 mg

- Liek v injekčnej forme
- Obsahuje liečivo **inklisiran**
- Vďaka prirodzenému mechanizmu **bezpečne** znižuje tvorbu proteínu **PCSK9** v pečeni, čím zvyšuje schopnosť pečene **znižovať hladinu LDL-C v obehu o viac ako polovicu**
- Je podávaný ako jednorazová subkutánna injekcia:
 - na začiatku
 - opäť po 3 mesiacoch
 - potom každých 6 mesiacov
- Aplikuje sa v ambulancií zdravotníckeho zariadenia
- Pacient po podaní ostáva v zdravotníckom zariadení 15 min.
- Zatiaľ neboli sledované nežiadúce účinky





Cholesterol dobrý sluha - zlý pán

- Je potrebný pre fungovanie každej bunky
- Jeho zvýšená hladina je rizikom kardiovaskulárneho ochorenia
- Nielen užívanie liečby
- Zdravý životný štýl
- Život bez stresu

Prajem pekný deň