

Colesterol, atac de cord și accident vascular cerebral, ce să faceți pentru a reduce riscul?

În fiecare an, multe persoane suferă un atac de cord sau un accident vascular cerebral. Unii au factori de risc cardiovascular care îi predispun să sufere. Unul dintre acești factori de risc este **colesterolul**, dar nu este singurul.

Ce alți factori de risc sunt cunoscuți?

Cei mai importanți sunt vârsta, sexul, fumatul, hipertensiunea arterială și diabetul..

Toată lumea are același risc cardiovascular?

Nu, nu este același pentru toți. Riscul este considerat foarte mare atunci când un atac de cord sau un accident vascular cerebral a fost suferit anterior. **În celelalte cazuri**, medicul va evalua riscul cardiovascular individual dacă colesterolul total este mai mare de 200 mg/dl. Acesta va ține seama, mai ales, de valorile colesterolului total, HDL („bun”) și LDL („rău”) și alți factori de risc menționați mai sus. Prin utilizarea tabelelor de risc adaptate populației catalane (tabele Framingham-REGICOR) se va estima riscul proceselor coronariene în următorii 10 ani. Rezultatul poate fi *scăzut, moderat sau ridicat*.

Scăzut Moderat Ridicat



Cum poate fi redus riscul de accident vascular cerebral sau atac de cord? Oprțiți fumatul, mâncați sănătos, rămâneți activ și luați medicamente atunci când este necesar. Aceste schimbări în stilul de viață ne vor îmbunătăți sănătatea și vor reduce riscul de atac de cord sau accident vascular cerebral cu până la 30%



Ce medicamente sunt eficiente și pot fi necesare? Medicamente pentru diabet, hipertensiune arterială, colesterol și de

asemenea, agenți antiplachetare (cum ar fi aspirina) sau anticoagulante.



Și tratamentul de scădere a colesterolului?

Este luat de mulți pacienți care au suferit un atac de cord sau un accident vascular cerebral. Fără infarct sau accident vascular cerebral anterior, tratamentul va fi evaluat pe baza riscului coronarian și dacă nu există un răspuns bun la dietă și exerciții fizice. Statinele sunt cel mai utilizat tratament. Acestea reduc riscul cu 25-35%.

Efectele secundare ale statinelor. În general, sunt medicamente bine tolerate. În unele cazuri pot provoca dureri musculare, slăbiciune sau disconfort digestiv. Aceste efecte sunt de obicei ușoare și tranzitorii. **Amintiți-vă** că toate medicamentele pot provoca reacții adverse.

Consultați cu medicul dumneavoastră orice întrebări aveți și mergeți la consultație dacă nu sunteți bine.