

# Профилактика гиперхолестеринемии

Для поддержания допустимого уровня холестерина в крови следует предпринимать определенные профилактические мероприятия.

Согласно правилам первичной профилактики гиперхолестеринемии (до ее возникновения) пациенту нужно:

- + Привести массу тела к показателям нормы;
- + Соблюдать рекомендуемую диету;
- + Отказаться от пагубных привычек;
- + Регулярно заниматься физкультурой;
- + Ограничить психоэмоциональные раздражители;
- + Нормализовать уровень сахара в крови;
- + Стабилизировать кровяное давление;
- + Своевременно лечить заболевания, способные вызвать гиперхолестеринемия.



Вторичная профилактика (при имеющейся гиперхолестеринемии) призвана предотвратить возникновение сосудистых патологий и развитие возможных осложнений. В основном она заключается в консервативной патологии гиперхолестеринемии.



На течение гиперхолестеринемии влияет концентрация «плохого» и «хорошего» холестерина в крови и скорость проявления поражений.

Исключение поддающихся изменению факторов риска и качественная своевременная терапия могут увеличить срок жизни больного и благотворно повлиять на ее качество.