

Καμπανάκι για τη χοληστερίνη μετά τις... ατασθαλίες στο φαγητό

02/Jan/2019 12:32



Αυτόπου υποψιαζόσασταν, πράγματι συμβαίνει. Η εορταστική περίοδος των Χριστουγέννων και της Πρωτοχρονιάς, με τις τόσες ευκαιρίες για φαγοπότια και τους συναφείς πειρασμούς, έχει ως συνέπεια να **ανεβαίνει η χοληστερίνη** στην πλειονότητα των ανθρώπων. Μια νέα δανική επιστημονική μελέτη βρήκε ότι τα επίπεδα της χοληστερίνης μόλις τελειώνουν οι γιορτές, **είναι αυξημένα κατά 15% ως 20% σε σχέση με το καλοκαίρι.**

Οι ερευνητές του Τμήματος Κλινικής Ιατρικής του Πανεπιστημίου της Κοπεγχάγης και του Τμήματος Κλινικής Βιοχημείας του Πανεπιστημιακού Νοσοκομείου, με επικεφαλής τη δρ Αν Λάνγκστεντ, που έκαναν τη σχετική δημοσίευση στο ιατρικό περιοδικό για θέματα αθηροσκλήρωσης "Atherosclerosis", ανέλυσαν στοιχεία για περίπου 25.800 άτομα ηλικίας 20 έως 100 ετών.

Διαπιστώθηκε ότι ο κίνδυνος οι εξετάσεις αίματος να δείξουν αυξημένη την χοληστερίνη, τόσο την **ολική όσο και την "κακή" (LDL)**, είναι εξαπλάσιος μετά τα Χριστούγεννα σε σχέση με την περίοδο του καλοκαιριού. Όπως είπε η Λάνγκστεντ, αυτό οφείλεται κυρίως στην υψηλή περιεκτικότητα σε λίπη που έχουν τα φαγητά στις γιορτές.

Οι εννέα στους δέκα, από τα άτομα της μελέτης, είχαν ανεβασμένα επίπεδα χοληστερίνης μετά τα

Χριστούγεννα. Γι' αυτό, η περίοδος μέσα ή μετά τις γιορτές, όπως είπαν οι Δανοί επιστήμονες, **δεν είναι αντιπροσωπευτική** για να κάνει κάποιος εξέταση αίματος.

Οι ερευνητές επεσήμαναν ότι όσοι έχουν υψηλά επίπεδα χοληστερίνης, πρέπει να προσέχουν περισσότερο για να μην παρασυρθούν. Η υψηλή χοληστερίνη αυξάνει τον κίνδυνο για έμφραγμα και εγκεφαλικό.

Πηγή: ΑΠΕ

[Διαβάστε το άρθρο στο Capital.gr](#)