

Лош холестерол - причини, рискове и добри стойности

Причини за високите нива на LDL-холестерол

След като вече познаваме различните видове холестерол, знаем, че когато говорим за високи нива на холестерол, обикновено имаме предвид високи нива на LDL-холестерол. Причините за високите нива са различни и могат да бъдат придобити или генетични.

Придобити (= негенетични)

Различни причини могат да доведат до придобито повишаване на нивата на LDL-холестерол. Ето няколко примера:

- Други заболявания, като хипотиреоидизъм, бъбречно заболяване или диабет
- Определени лекарства като кортизон, хормонални добавки или някои лекарства за сърце
- Начин на живот, като например диета с високо съдържание на мазнини, тютюнопушене, липса на физическа активност или прекомерна консумация на алкохол

Генетични причини за лош холестерол

Тази форма на повишен холестерол е генетична и децата могат да я наследят от своите родители. Едно от най-често срещаните генетични заболявания е т.нар. „фамилна хиперхолестеролемия“. При това заболяване много високи нива на LDL-холестерол в кръвта се наблюдават в млада възраст, което води до преждевременно стеснение на кръвоносните съдове. Силното стеснение на кръвоносните съдове намалява кръвотока и води до последици като инфаркт и инсулт в ранна възраст. Повишените нива на Lp(a) също са наследствени в голяма част от случаите и повишават риска от развитие на сърдечно-съдово заболяване.

Рискове, свързани с високи нива на LDL-холестерол

Много проучвания показват, че високите нива на LDL-холестерол са основен рисков фактор за различни сърдечно-съдови заболявания. Възможни последици от прекомерно високи нива на LDL-холестерол:

Ако нивата на LDL-холестерол („лош“ холестерол) в кръвта са прекомерно високи, той започва да се отлага по стените на кръвоносните съдове (артериите) заедно с други вещества, като бели кръвни клетки и калций. Тези отлагания се наричат „плаки“ и могат да причинят сърдечно заболяване, наречено атеросклеротично сърдечно-съдово заболяване (АСССЗ).

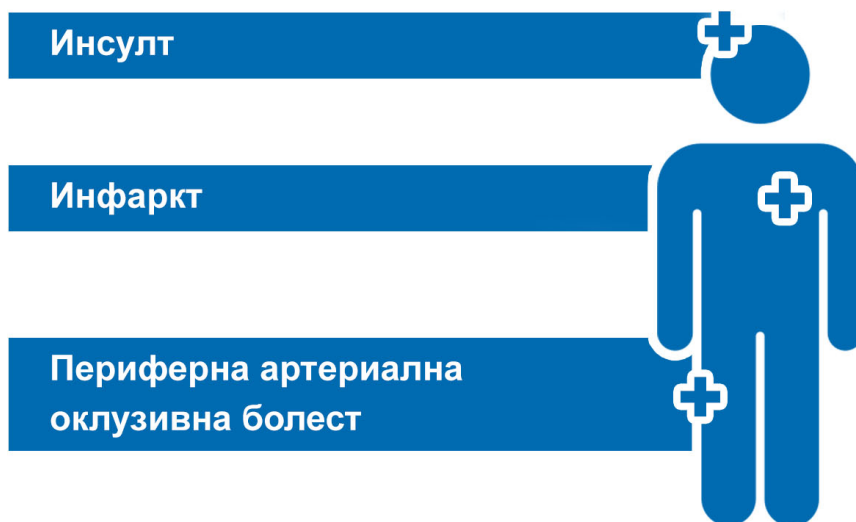
Когато тези отлагания станат по-големи, кръвоносният съд се стеснява, става нееластичен и това нарушава преминаването на кръвта. Развива се нарушение на кръвообращението, т.е. засегнатата тъкан вече не се снабдява с достатъчно количество кислород. Плаките са нестабилни и могат да се разкъсат. Ако това се случи в увредената артерия може да се образуват кръвни съсиреци, които

след това достигат с кръвния ток до различни части на организма. Това може да доведе до пълно запушване на кръвоносния съд. Последствията зависят от мястото на запушване на кръвоносния съд:

- Запушване на кръвоносен съд на сърцето води до инфаркт.
- Запушване на кръвоносен съд в мозъка води до инсулт.
- При стеснение на кръвоносен съд в областта на краката или таза се развива т.нар. периферна артериална оклузивна болест (ПАОБ).



Рискове, свързани с високи нива на LDL-холестерол



 **NOVARTIS** | Reimagining Medicine

Други рискови фактори за сърдечно-съдово заболяване

Рисковете за сърдечно-съдово заболяване се свързват най-вече с генетична предопределеност, пол и възраст на пациентите. Освен това обаче голямо влияние могат да окажат и лайфстайл факторите като тютюнопушене, тегло и липсата на физическа активност.

Рискови фактори за сърдечно-съдово заболяване



 **NOVARTIS** | Reimagining Medicine

Рискови категории на високия холестерол

Категорията на риск при хора с високи нива на LDL-холестерол трябва да се определи, за да се осигури по-добро контролиране на нивата на LDL-холестерол и за да се понижи атеросклеротичния риск.

Умерен риск:

- млада възраст, със захарен диабет, диагностициран преди по-малко от 10 години и без други рискови фактори освен високите нива на LDL-холестерол
- с изчислена систематична оценка на коронарния риск (SCORE) от поне 1% и под 5% за 10-годишния риск от фатално сърдечно-съдово заболяване

Висок риск:

- високи нива на общ холестерол >8 mmol/L (>310 mg/dL), LDL-C >4.9 mmol/L (>190 mg/dL) или кръвно налягане $\geq 180/110$ mmHg.
- фамилна хиперхолестеролемия, или
- захарен диабет без увреждане на таргетен орган, но с продължителност на диабета ≥ 10 години или с друг допълнителен
- рисков фактор
- умерено тежко хронично бъбречно заболяване
- изчислена систематична оценка на коронарния риск (SCORE) от поне 5% и под 10% за 10-годишния риск от фатално сърдечно-съдово заболяване

Много висок риск:

- съществуващо атеросклеротично сърдечно-съдово заболяване, или
- захарен диабет с увреждане на таргетен орган или най-малко три големи рискови фактора, или захарен диабет тип 1 с ранно начало и с голяма продължителност (>20 години).
- тежко хронично бъбречно заболяване, или

- фамилна хиперхолестеролемиа и атеросклеротично съдово заболяване или с друг голям рисков фактор
- изчислена систематична оценка на коронарния риск (SCORE) от поне 10% за 10-годишния риск от фатално сърдечно-съдово заболяване

Добри стойности на холестерола, към които да се стремите

Прицелни стойности на LDL-холестерол според риска:

Категория на риск Прицелни стойности на LDL-холестерол

Умерен риск	под 2.6 mmol/l (100 mg/dl)
Висок риск	поне 50% понижаване и под 1.8 mmol/l (70 mg/dl)
Много висок риск	поне 50% понижаване и под 1,4 mmol/l (55 mg/dl)

LDL SAR2 15.06.2023

Source URL: <https://www.novartis.com/bg-bg/zdraven-portal/holesterol/losh-olesterol-prichini-riskove>

List of links present in page

1. <https://www.novartis.com/bg-bg/bg-bg/zdraven-portal/holesterol/losh-olesterol-prichini-riskove>
2. <https://www.novartis.com/bg-bg/zdraven-portal/holesterol/vidove-olesterol>