

Τι ρόλο παίζει τελικά η HDL χοληστερόλη στην υγεία της καρδιάς;

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)

Image not found or type unknown



Μεγάλη μελέτη έδειξε ότι τα χαμηλά επίπεδα της «καλής» χοληστερόλης συνδέονται με αυξημένες πιθανότητες θανάτου

Τελικώς τα χαμηλά επίπεδα της HDL χοληστερόλης φαίνεται ότι βλάπτουν σοβαρά την καρδιά και όχι μόνο...

Τορόντο

Τελικά η HDL («καλή») χοληστερόλη παίζει ρόλο στην υγεία της καρδιάς και στον κίνδυνο εκδήλωσης κάποιας σχετικής πάθησης, σύμφωνα με μεγάλη καναδική μελέτη που δημοσιεύθηκε στο επιστημονικό έντυπο Journal of the American College

of Cardiology.

Συγκεκριμένα, οι ερευνητές του Ινστιτούτου Επιστημών Κλινικής Αξιολόγησης του Τορόντο, με επικεφαλής τον δρα Ντένις Κο, μελέτησαν στοιχεία που αφορούσαν σχεδόν 631.800 ενήλικες από την περιοχή του Οντάριο, κατά μέσο όρο 40 ετών. Κατά τη διάρκεια της πενταετίας σχεδόν 18.000 άτομα απεβίωσαν.

Από την ανάλυση των δεδομένων προέκυψε ότι, άνδρες και γυναίκες με χαμηλά επίπεδα HDL χοληστερόλης είχαν περισσότερες πιθανότητες να πεθάνουν κατά τη διάρκεια της μελέτης, έναντι εκείνων που είχαν μεταξύ 40 και 60 mg/dL.

Αυξημένος κίνδυνος θανάτου ακόμη και από καρκίνο

Και ο αυξημένος κίνδυνος θανάτου δεν αφορούσε μόνο τα καρδιακά αίτια, αλλά και άλλα, καθώς και τον καρκίνο.

Τα άτομα με χαμηλή HDL χοληστερόλη έτειναν να έχουν χαμηλότερο εισόδημα και υψηλότερα ποσοστά καπνίσματος, διαβήτη και υπέρτασης. Και όταν οι ερευνητές συνεκτίμησαν και αυτές τις παραμέτρους, η χαμηλή HDL χοληστερόλη εξακολουθούσε να σχετίζεται με υψηλότερο ποσοστό θνησιμότητας.

Τέλος δεν προέκυψαν στοιχεία ότι τιμές HDL πάνω από 90 mg/dL ήταν επιθυμητές, καθώς τα άτομα με τόσο υψηλή «καλή» χοληστερόλη ήταν πιθανότερο να αποβιώσουν από μη καρδιαγγειακά αίτια, συγκριτικά με όσους είχαν ενδιάμεσες τιμές.

«Το γεγονός ότι η χαμηλή HDL χοληστερόλη σχετίζεται με υψηλότερο ποσοστό θνησιμότητας από κάθε αιτία είναι το κλειδί του μυστηρίου, καθώς σημαίνει ότι αποτελεί δείκτη για άλλα πράγματα, όπως ένας λιγότερο υγιεινός τρόπος ζωής ή γενικά χειρότερης υγείας. Επίσης, σημαίνει ότι είναι απίθανο η χαμηλή HDL να συντελεί απευθείας στην καρδιακή νόσο. Παράγοντες, όπως η γυμναστική και ο τρόπος ζωής, παίζουν και αυτοί ρόλο» εξηγεί ο δρ Κο.

Πηγή: tovima.gr