

Tutti gli esami per individuarlo

14-06-2010

Nel leggere le analisi del sangue troverete riportati tre valori: quello del colesterolo totale, quello dell'<Ldl e quello dell'<Hdl. Il principale responsabile della placca aterosclerotica è il colesterolo Ldl (per questo viene detto <cattivo>): si forma all'interno delle arterie, che man mano iniziano a restringersi proprio a causa dei <grumi> di colesterolo (le placche aterosclerotiche).

Conseguenza: diminuisce la quantità di sangue che scorre nella arterie.

Il colesterolo Hdl viene invece smaltito senza problemi dall'organismo e per questo è definito comunemente <buono>.

Una volta scoperti i valori fuori norma, dovrete sottoporvi a controlli ulteriori che prevedono:

- misurazione della pressione arteriosa. I valori non devono superare gli 80 mm di mercurio per la minima, e i 130 per la massima.
- controllo del peso. Sono consentiti 1-2 kg in eccesso. Ma se il sovrappeso è di 5 kg o più, il rischio per la salute comincia a essere concreto.
- controllo della glicemia. Se supera i 126/mg è un segnale di diabete.
- controllo dei trigliceridi, cioè dei grassi che vengono introdotti nell'organismo con gli alimenti. Se sono superiori ai 200 mg/dl, indicano uno squilibrio nella dieta.