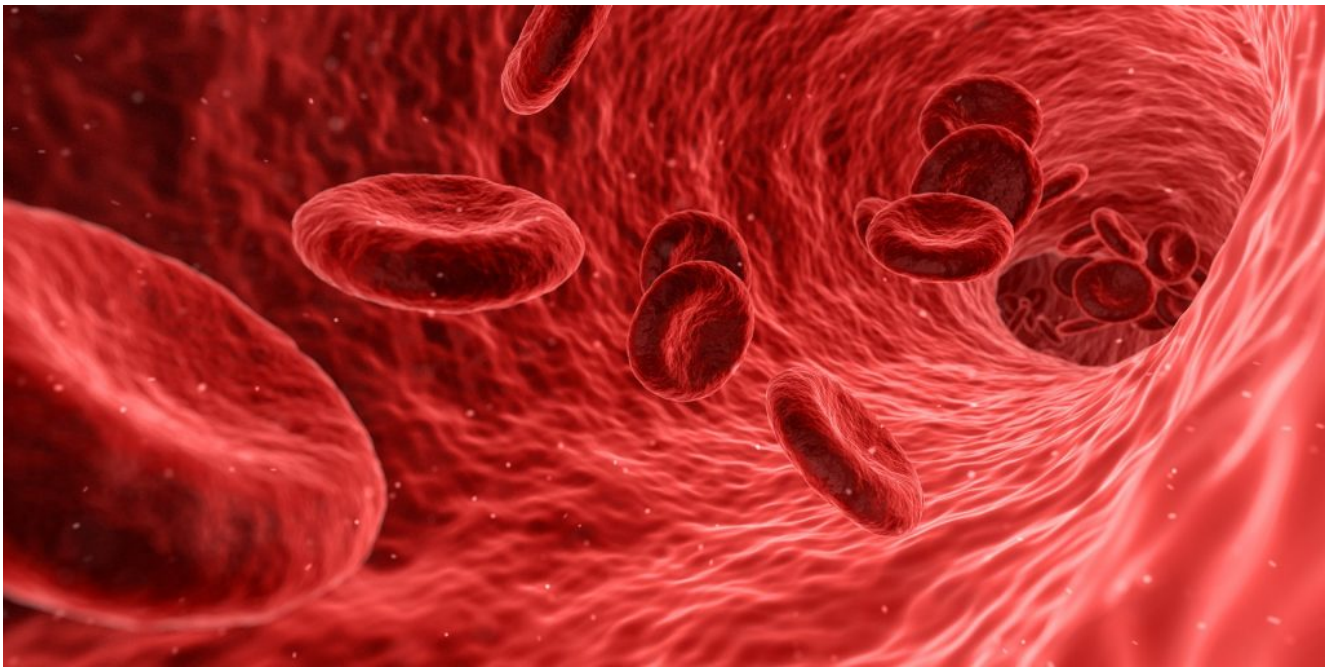
SAFE

STROKE ALLIANCE FOR EUROPE

- Page d’Accueil
- Qui sommes-nous ?
- FACTEURS DE RISQUE
    - Hypertension Artérielle
    - Diabète
    - Fibrillation Auriculaire
    - Cholestérol
    - Inactivité Physique
    - Alimentation mal-adaptée
    - Alcool
    - Obésité
    - le Tabagisme
    - Stress et Dépression
- RESSOURCES
    - Vidéos
    - Blog
    - Podcast
    - Liens utiles
    - Lecture complémentaire
    - Communiqués de Presse

Cholestérol : l’AVC est-il dans le Sang?



Le cholestérol est une substance grasse a l’apparence de cire, utilisée par le corps pour former des cellules saines. Votre corps produit naturellement tout le cholestérol dont il a besoin et le transporte dans le sang. Mais certaines personnes sont plus susceptibles d’avoir des taux de cholestérol plus élevés, et ce n’est pas toujours à cause des aliments qu’elles consomment. (1)

Quelle est la différence entre le « bon » et le « mauvais » cholestérol ?

Il existe deux types de cholestérol : le cholestérol LBD (cholestérol des lipoprotéines de basse densité) et le cholestérol LHD (cholestérol des lipoprotéines de haute densité). Le cholestérol LHD, communément appelé

« bon cholestérol », peut protéger contre les maladies cardiaques. Alors que le cholestérol LBD, ou « mauvais cholestérol », à l'inverse, peut provoquer une maladie cardiaque. (1)

Pourquoi un taux de cholestérol élevé nuit-il à votre santé ?

Des niveaux élevés de « mauvais cholestérol » permettent aux dépôts de lipides de s'accumuler, ce qui provoque un rétrécissement et une obstruction des artères. Cela limite la circulation sanguine dans le corps et peut faire éclater ou boucher un vaisseau sanguin, ce qui peut entraîner une crise cardiaque ou un AVC.

Quelle est la cause de l'hypercholestérolémie ?

Certaines personnes ont un taux de cholestérol élevé en raison de leur mode de vie ; ils peuvent être en surpoids, manquer d'activité physique, faire de mauvais choix dans leur alimentation ou consommer un excès d'alcool. Tandis que d'autres ont une maladie héréditaire, ce qui leur confère un taux anormalement élevé de cholestérol dès la naissance. C'est ce qu'on appelle l'hypercholestérolémie familiale (ou HF).

Quelle est la fréquence de l'hypercholestérolémie familiale ?

L'hypercholestérolémie familiale (HF) affecte environ 1 personne sur 200 à 1 sur 500. Les personnes atteintes de HF ont des taux plus élevés de « mauvais cholestérol » dans le sang, car leur foie ne peut pas le décomposer. Cela peut entraîner un risque accru de crise cardiaque et d'AVC plus tard. (2)

Comment saurai-je si mon taux de cholestérol est élevé ou si je souffre de FH ?

Un simple test sanguin vous dira si votre taux de cholestérol est élevé. Si un membre de la famille a eu une crise cardiaque, ou a développé une maladie cardiaque à un âge précoce (moins de 55 ans pour les parents de sexe masculin et moins de 60 ans pour les femmes), demandez conseil à votre médecin. Vous pourriez être amené à passer un test génétique pour voir si vous avez hérité d'HF.

Que puis-je faire pour minimiser mon risque d'AVC ?

Pour la plupart des gens, quelques modifications simples à leur mode de vie peuvent contribuer à réduire leur taux de cholestérol, réduisant ainsi le risque de crise cardiaque et d'AVC, y compris de consommer des aliments sains pour le cœur ; de perdre du poids ; d'avoir une activité physique régulière ; d'arrêter de fumer ; et de boire avec modération. D'autres, en particulier ceux chez qui une HF a été diagnostiquée, devront prendre des médicaments pour maîtriser leur taux de cholestérol. Discutez-en avec votre médecin afin de trouver un plan de traitement qui vous convienne.

Références:

1. National Heart Lung and Blood Institute. What is Cholesterol? Available at: https://www.nhlbi.nih.gov/health/health-topics/topics/hbc. Accessed: October 2016.
2. https://www.messagefromtheheart.eu/static/pdf/From_the_Heart_Trifold_09_09_15_(002).pdf

Développé par

S·A·F·E
Stroke Alliance For Europe
THE STROKE PATIENT VOICE IN EUROPE

SAFE conserve le plein contrôle éditorial sur le contenu de ce site.

Soutenu par une Subvention Educative de

AMGEN

Liens

- Conditions d’Utilisation
- Politique de confidentialité
- Politique de Cookies
- Contact

- Facebook
- X
- RSS