

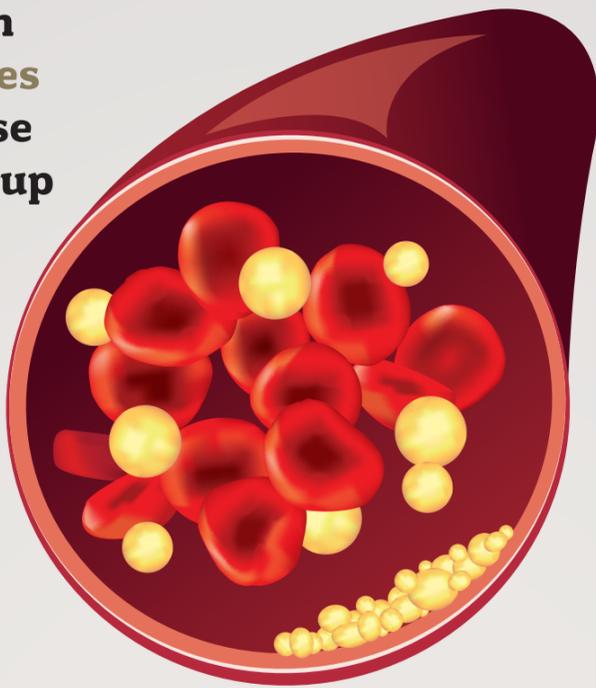


Le cholestérol ET VOTRE CŒUR

Maintenir un bon taux des trois types de cholestérol pose problème à beaucoup de Canadiens.

LE BON

30%
ONT UN TAUX DE HDL TROP BAS



LE MAUVAIS

25%
ONT UN TAUX ÉLEVÉ DE TRIGLYCÉRIDES

LE TRÈS MAUVAIS

36%
ONT UN TAUX ÉLEVÉ DE LDL



HDL (Lipoprotéines de haute densité)

Appelées « bon cholestérol », les lipoprotéines de haute densité transportent le cholestérol vers le foie, où il est éliminé.



LDL (Lipoprotéines de faible densité)

Parfois appelées « mauvais cholestérol », les lipoprotéines de faible densité peuvent entraîner la formation de plaques sur la paroi des vaisseaux sanguins.



Triglycérides

Les triglycérides travaillent à la fois au stockage et au transport du gras dans le sang. Les calories en trop (en particulier le sucre et l'alcool) augmentent les triglycérides.



UNE BAISSÉ MODÉRÉE
DU TAUX DE LDL
(2 mmol/l)

PEUT

DIMINUER
LE RISQUE DE CRISE
CARDIAQUE



DE
40 à 50%.

QUELS SONT LES RISQUES?

Les taux de cholestérol constituent un facteur clé dans le risque de **crise cardiaque**, d'**accident vasculaire cérébral** et de **maladie coronarienne**.



CRISE CARDIAQUE



ACCIDENT VASCULAIRE CÉRÉBRAL



MALADIE CORONARIENNE

CE QUE JE PEUX FAIRE

Pour atteindre de bons taux de cholestérol, vous devrez peut-être changer vos habitudes de vie et prendre des hypocholestérolémiants. Différents médicaments visent à abaisser le taux de cholestérol LDL et de triglycérides, à hausser le taux de cholestérol HDL et à réduire la quantité de cholestérol absorbé par le système digestif.

— PREMIÈRE LIGNE —

Les statines

abaissent le taux de cholestérol, réduisent la formation de plaques de façon sûre et efficace.

L'ézétimibe

bloque l'absorption du cholestérol dans l'intestin grêle.

— DEUXIÈME LIGNE —

La niacine

traite les cas de faible taux de cholestérol HDL et de taux élevés de triglycérides.

Les fibrates

diminuent la production de triglycérides.

L'hypercholestérolémie augmente grandement votre risque de crise cardiaque et de maladie cardiovasculaire. Connaissez vos taux et sachez quoi faire :

Discutez de vos taux de cholestérol avec votre médecin.