

## **Miażdżyca – cichy zabójca...**

**Nieprawidłowo się odżywasz? Nie masz czasu na ruch? Twojemu codziennemu życiu często towarzyszy stres?**

Te wszystkie czynniki wywierają bardzo duży wpływ na Twój organizm i mogą przyczynić się do rozwoju wielu niebezpiecznych schorzeń, w tym choroby naczyń krwionośnych zwanej **miażdżycą**.

Do rozwoju miażdżycy dochodzi na skutek tworzenia się w tętnicach tzw. blaszek miażdżycowych. Dopóki zmiany w naczyniach krwionośnych są małe, nie odczuwamy prawie żadnych dolegliwości. Jednak wraz z wiekiem postępujący proces miażdżycowy może doprowadzić do:

- choroby wieńcowej

-zawału serca

-udar mózgu

-niedokrwienia kończyn

Do powstania miażdżycy przyczyniają się głównie zaburzenia w gospodarce tłuszczowej, w tym **nieprawidłowy poziom cholesterolu we krwi**. Innymi czynnikami sprzyjającymi rozwojowi miażdżycy są: cukrzyca, nadwaga, siedzący tryb życia, nadciśnienie, palenie tytoniu.

**Profilaktyczne badania diagnostyczne w kierunku miażdżycy pozwalają na:**

-ocenę ryzyka rozwoju choroby

-podjęcie działań mających na celu wyeliminowanie czynników przyspieszających postęp choroby.

Profilaktyczne badania w kierunku miażdżycy obejmują oznaczenie nie tylko poziomu cholesterolu i jego frakcji, ale również trój glicerydów czy poziomu cukru we krwi.

**Badania wykonywane są z krwi pobranej jak do innych, rutynowych oznaczeń.**

**Badania w diagnostyce miażdżycy:**

1. **Lipidogram** ( cholesterol całkowity, cholesterol LDL, cholesterol HDL, trój glicerydy)
2. **Cholesterol całkowity**
3. **Cholesterol LDL** tzw „**zły cholesterol**” ( łatwo przywiera do ścian tętnic przyczyniając się do ich zwężania)
4. **Cholesterol HDL** tzw „**dobry cholesterol**” (są to cząsteczki tłuszczu, które mogą powodować powstawanie zakrzepów i zatykanie światła tętnic)
5. **Glukoza** we krwi ( badanie to może zapobiec poważniejszym komplikacjom- cukrzyca stanowi jeden z czynników ryzyka choroby miażdżycowej)

**Chcesz się dowiedzieć więcej?**

Skontaktuj się z NZOZ Ośrodkiem Pielęgniarstwa „Pomoc w zdrowiu i w chorobie” sp zoo w Rudzie Śląskiej Wirku ul. 1 Maja 288 tel 32 2420-506 32 2421-700 [info@eopieka.pl](mailto:info@eopieka.pl) WWW.eopieka.pl