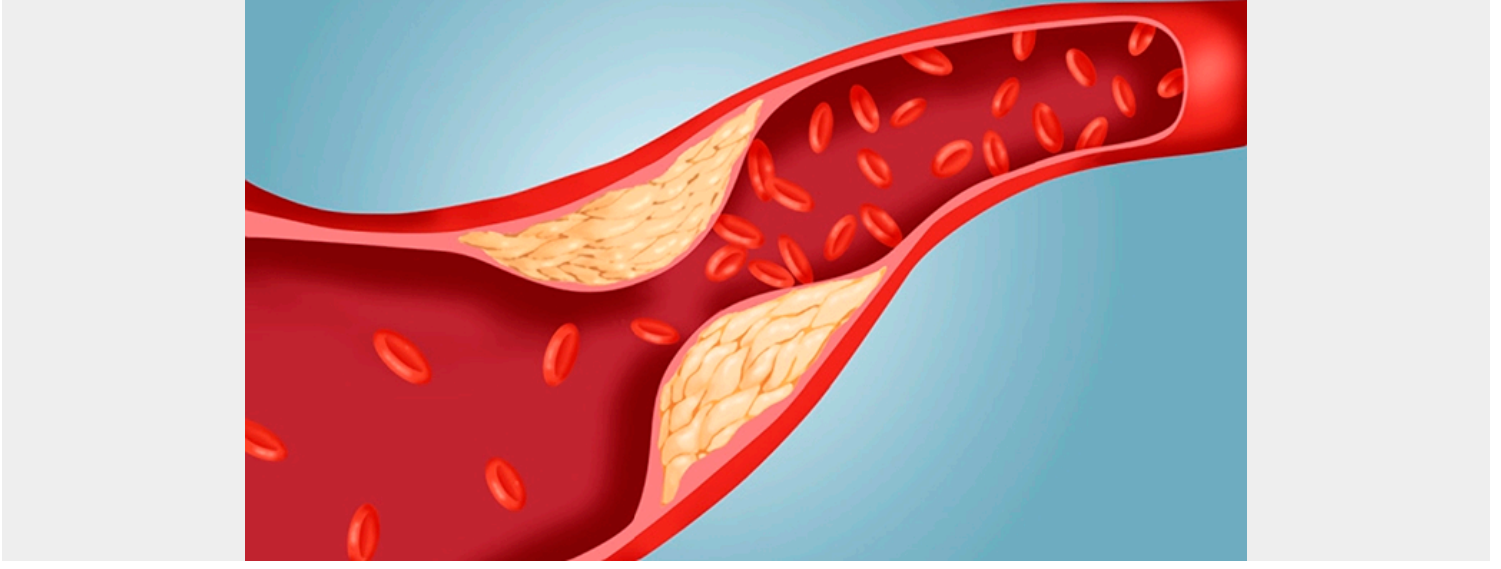


ما هو الكوليسترول ؟

Posted on 2020 ,3 مايو



Category: [طب](#)

: بواسطة

الكوليسترول هو أحد الدهون التي يحتاجه الجسم إلى بناء الخلايا الصحية، وإذا زادت الدهون في الدم عن المعدل الطبيعي تتحول إلى كوليسترول ضار، وقد يتسبب بمضاعفات وبالاضطرابات والمشاكل الصحية

أسباب ارتفاع الكوليسترول في الدم

- يعتبر هذا البروتين منخفض الكثافة المسئول عن نقل جزيئات الكوليسترول إلى الجسم، ويتراكم (LDL) البروتين الدهني على جدران الشرايين ويجعلها ضيقة ويصعب المرور فيها
- هذا البروتين يحتوي على الدهون الثلاثية، التي تعتبر أهم الدهون المرتبطة (VLDL) البروتين الدهني شديد ومنخفض الكثافة بالبروتينات في الدم ، مما يسبب في ضيق الاوعية الدموية
- تعتبر هذه الدهون من أنواع الكوليسترول، حيث يقوم البروتين بالتقاط (HDL) البروتينات الدهنية عالية الكثافة الكوليسترول الزائد وإعادتها إلى الكبد

- عدم ممارسة الرياضة بانتظام
- تناول الوجبات الغير صحية
- الجينات الوراثية

هناك عوامل أخرى تعمل على زيادة الكوليسترول فى الدم

- **التدخين:** يعمل على تآكل جدار الاوعية الدموية، ويجعلها أكثر عرضة لتراكم الترسبات الدهنية، ويؤدي إلى التقليل الكوليسترول فى الدم.
 - السمنة المفرطة
- **سوء النظام الغذائي:** تناول الأطعمة التى تحتوى على نسبة كولسترول عالية مثلا منتجات الألبان, اللحوم
- **ارتفاع ضغط الدم:** زيادة الضغط على الشرايين يضر بالشرايين، مما يؤدي الى تراكم الترسبات على الدهنية على جدار الشرايين
- **مرض السكري:** ارتفاع نسبة السكر فى الدم تؤدي الى ارتفاع نسبة الكوليسترول فى الدم، وتؤدي الى الإضرار بطانة الشرايين

مضاعفات الكوليسترول

- **الذبحة الصدرية:** إذا تأثرت الشرايين التى تعمل على إمداد القلب بالدم، بارتفاع الكوليسترول، هتكون ذبحة صدرية
- **السكتة الدماغية:** اذا توقف الدم على التدفق الى الدم، فإنها تسبب السكتة الدماغية
- **الجلطة القلبية:** إذا حدث شقوق فى اللوحات داخل للشريان، فإنها تؤدي إلى جلطة دموية، فإن الجلطة القلبية سوف تحدث

المراجع:

- 1- [ما هو علاج الكوليسترول](#). روجع بتاريخ 3 مايو 2020.
- 2- [أسباب ارتفاع الكوليسترول](#). روجع بتاريخ 3 مايو 2020