

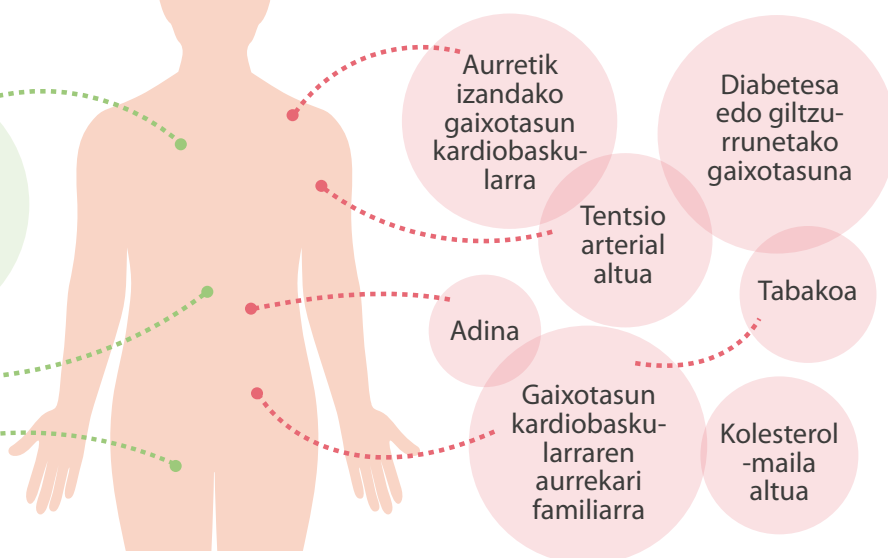
KOLESTEROL-MAILA EZ DA FAKTORE BAKARRA

Bizimodu osasungarriaren
hainbat faktorek **BABESTEN**
gaituzte gaixotasun
kardiobaskularretatik:



...eta beste faktore batzuek gaixotasun
kardiobaskularrak izateko arriskua

HANDITZEN dute:



Garrantzitsua da ARRISKU KARDIOBASKULARRA ERAGITEN DUTEN FAKTORE MULTZOA baloratzea eta ez soilik kolesterol-maila. Kolesterol-maila jaistea geure burua babesteko hartu dezakegun neurrietako bat da.

Aztertu zeure arrisku faktoreak osasun arloko profesionalarekin, eta **kontuan hartu onurak eta arriskuak**:

- Zure arrisku kardiobaskularra ez bada altua, aukera onena da bizimodu osasungarria jarraitzea.
- Zure arrisku kardiobaskularra altua baldin bada, aurrekoaz gain estatina bat gehitzea ere beharrezkoa izan daiteke.

Estatinak (atorbastatina, sinbastatina, rosbastatina...):

- Kolesterol-maila jaisten duten medikamentuak dira.
- Eraginkorrek dira gaixotasun kardiobaskularrak prebenitzeko (batez ere bihotzekoa, iktusa... izan dutenen kasuan edo hauek izateko arrisku altua dutenen kasuan).
- Izan ditzaketen albo-ondorioak normalean arinak izaten dira: mina, makalaldi muskularra eta digestio arazoak. Kasu gutxi batzuetan diabetesa, kalte hepaticoa edo oroimen galera eragin dezakete.

Gogoratu:
**BIZIMODU
OSASUNGARRIA
JARRAITZEA DA
GAIXOTASUN
KARDIOBASKULARRAK
PREBENITZECO
AUKERARIK
ONENA.**

Bibliografia:

Fundación Española del corazón. [Internet]. **Decálogo de vida sana**. [Kontsulta:2022-03-02]

Mayo clinic. [Internet]. **Estatinas: ¿estos medicamentos para bajar el colesterol son los adecuados para ti?**. [Kontsulta:2022-03-02]

Egileak: Iñigo Aizpuru, Rosa Añel, Naiara Bidaburu, Isabel Elizondo, Laura Gancedo, Nagore Lejarza, Itxasne Lekue, M^o José López, Oihana Mora, Carmela Mozo, Corpus Peral, Karmele Pérez, Isabel Porras eta Juan Uriarte. Lehen ziriborroa: De-imFAR proiektua.

cevime
centro vasco de información de medicamentos
medikamentu informazioko euskal zentroa

Eusko Jaurlaritzaren Argitalpen Zerbitzu Nagusia
Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco

Hemen bildu den informazioaren helburu bakarra, hain zuzen ere, informazioa ematea da, eta ez zure osasun-profesionalak eman dizkizun gomendioak ordezkatzea. Erabat debekaturik dago dokumentu hau promozio helburuetarako erabiltzea.

