

Как подготовиться к анализу липидного профиля

За 1–2 недели до проведения исследования липидного профиля рекомендуется придерживаться привычного режима питания, физической активности, сна и отдыха. Воздержаться от употребления алкоголя и курения за сутки до сдачи крови. Кровь сдаётся натощак, минимум через 12 часов после последнего приёма пищи.

Что влияет на коэффициент атерогенности при сдаче крови

Коэффициент атерогенности повышается:

- при беременности (крови на холестерин рекомендуется сдавать не ранее 1–2 месяцев после родов)
- при употреблении накануне пищи, содержащий животные жиры
- при курении непосредственно перед сдачей крови
- при длительном голодании
- при приёме препаратов, содержащих кортикостероиды, анаболики, андрогены и пр.

Коэффициент атерогенности понижается:

- при употреблении пищи с низким содержанием животных жиров и высоким содержанием полиненасыщенных жирных кислот
- при повышенной физической нагрузке
- при приёме противогрибковых лекарственных препаратов, эстрогенов, статинов, некоторых видов антибиотиков, колхицина и пр.