



Obniż Poziom Cholesterolu

Zadbaj o kondycję swojego serca!

Strona główna | Książki o zdrowiu | Newsletter | Kontakt

0

Szukaj w serwisie...

Polecamy



Obniża Cholesterol Naturalnie!

[Sprawdź »](#)

Jak obniżyć cholesterol bez leków? [Oto sposób!](#) »

Informacja ▾

- ▶ [Miażdżyca](#)
- ▶ [Objawy cukrzycy](#)
- ▶ [Choroby serca objawy](#)

O cholesterolu

- ▶ [Leki na cholesterol](#)
- ▶ [Normy cholesterolu i trójglicerydów](#)
- ▶ [Zły cholesterol LDL](#)
- ▶ [Dobry cholesterol HDL](#)
- ▶ [Jak obniżyć cholesterol?](#)
- ▶ [Wysoki cholesterol](#)
- ▶ [Jak obniżyć trójglicerydy?](#)
- ▶ [Cholesterol a dieta](#)
- ▶ [Cholesterol objawy](#)
- ▶ [Triglicerydy](#)
- ▶ [Badanie cholesterolu](#)
- ▶ [Miażdżyca](#)



Lubię to!

104 osoby lubią obiekt ObniżCholesterol.pl.



Co to jest i jak powstaje miażdżyca?

[Jak Oczyszcilem Organizm](#)

MapaZdrowia.pl
Miałem Złogi i Struty Organizm, Ale Gdy Oczyszcilem Go Błonnikiem...



[Nadmierne Zmęczenie](#)

www.magneb6.pl/Przemeczenie
Przyczyny, Objawy, Zapobieganie. Dowiedz Sie Jak Sobie Z Tym Radzić!



[Damen UV Schutz Bademode](#)

proteksol.de/Damen_UV_Bademode
Coolibar Damen UV Schutz Bademode
Kostenloser Lieferung aus Europa



[Wejdz i sprawdź](#)

naszesmieci.mos.gov.pl
Zrób coś dla siebie i innych. Zobacz, jak możesz zmieniać świat!



Informacja ▾

Miażdżyca to choroba, w której twardnieją i zawężają się tętnice, przez tzw. blaszki miażdżycowe. Blaszki miażdżycowe powstające na wewnętrznej ścianie tętnic, zmniejszają przepływ krwi w organizmie, przez co bogata w tlen krew może nie dopływać w wystarczającej ilości do serca i innych organów. Miażdżyca może prowadzić do poważnego zaburzenia krążenia, a w efekcie do ataku serca, zawału, udaru mózgu, a nawet śmierci.

Jak powstaje miażdżyca?

Aby sobie uświadomić, *co to jest miażdżyca i jak powstaje* powinieneś wiedzieć, że Twoje tętnice, to bardzo przemyślany i dobrze wykonany system dystrybucji krwi. Zdrowe, niezaatakowane chorobą tętnice od środka są gładkie, dzięki temu że wyścielają je *śródbłoneki* dlatego płynnie przekazują krew do poszczególnych narządów. Miażdżyca tworzy się, gdy wyniku np. wysokiego ciśnienia krwi, palenia papierosów, albo wysokiego poziomu cholesterolu **śródbłonek zostaje uszkodzony**. Wtedy to zły cholesterol LDL zaczyna przenikać do ścian tętnic w miejscach zniszczenia śródbłonka. Twój organizm wysyła na ratunek białe krwinki, aby posprzątały zły cholesterol. Jednak przez lata mieszania się białych krwinek i cholesterolu tworzą się na ścianach tętnic **blaszki miażdżycowe**. Z upływem czasu blaszki te mogą stawać się coraz większe i w efekcie powodować blokowanie płynnego przepływu krwi. W najgorszym wypadku blaszka miażdżycowa może się oderwać, a w miejscu oderwania się blaszki, wewnątrz tętnicy, powstanie zakrzep, który spowoduje zator będący przyczyną udaru mózgu, ataku serca lub zawału.

Jakie są objawy miażdżycy?

Miażdżyca rozwija się od bardzo wczesnych lat życia i często nie zdradza żadnych objawów. Autopsja przeprowadzona na młodych Amerykańskich Żołnierzach, którzy zginęli podczas wojny w Korei i Wietnamie pokazała, że nawet ¼ z nich miało wczesne stadium miażdżycy. Żaden z żołnierzy nie miał objawów powstania choroby, a tylko u nielicznych zauważono postępujące zawężenie tętnic. Początki choroby mogły być wykryte tylko dzięki specjalnym testom.

Jednak w niektórych przypadkach *objawy miażdżycy* mogą się pojawić. Jeżeli występuje u Ciebie **ból przypominający ściskanie klatki piersiowej**, który może promieniować do rąk, szyi i szczęki natychmiast skonsultuj się z lekarzem. Ponadto mogą wystąpić także:

- zaburzenia rytmu serca,
- problemy z oddychaniem,
- zawroty głowy,
- utrata przytomności.

Jakie są przyczyny miażdżycy?

Mimo wielu lat badań nad wyjaśnieniem przyczyn powstawania miażdżycy w dalszym ciągu nie znamy ostatecznych powodów pojawienia się choroby. Za główne czynniki powodujące miażdżycę uważa się:

- Wiek (im. starsza osoba, tym większe ryzyko wystąpienia choroby),
- Palenie papierosów,
- Wysokie ciśnienie krwi,
- Wysoki cholesterol,
- Cukrzyca,
- Brak aktywności fizycznej,
- Nadwaga i nieodpowiednia dieta.

Czyli wszystko to, co przyczynia się również do innych chorób związanych z układem krążenia.

Leczenie miażdżycy

Leczenie miażdżycy opiera się głównie na powstrzymaniu zmian zachodzących w tętnicach, żeby nie doszło do wystąpienia choroby serca. Może to być osiągnięte poprzez zmianę stylu życia, wprowadzenie **zdrowej diety** zawierającej produkty o dużej zawartości **blonnika**, małej ilości tłuszczów nasyconych, ograniczenie spożycia soli i alkoholu, rozpoczęcie aktywności fizycznej, albo stosowanie leków na obniżenie poziomu cholesterolu lub obniżenie ciśnienia krwi. W ciężkich przypadkach miażdżycy wymaga leczenia operacyjnego. Stosuje się tutaj **angioplastykę** lub **wszczepienie by-passów**. **Angioplastyka** polega na rozplaszczeniu blaszek miażdżycowych oraz rozszerzeniu i udrożnieniu tętnicy, aby krew znowu mogła płynąć przez nią swobodnie. **Wcześnie by-passów** to operacja chirurgiczna, podczas której wszczepia się odcinek naczyn krwionośnych, aby ominąć zawężone miejsce na tętnicy.

[Jak naturalnie obniżyć cholesterol, schudnąć i poprawić stan zdrowia? »](#)

Like 0 +1 0

Kategoria: Choroby | Jeden komentarz

Jeden komentarz na temat "Co to jest i jak powstaje miażdżyca?"

Stanisław dnia **lut 26, 2013** | [Odpowiedz](#)

W moim przypadku cukrzyca spowodowała zmiany miażdżycowe, które dotknęły przede wszystkim nóg. Staram się bronić przed chorobą codziennie spacerując. Dodatkowo leczę się z powodu nadciśnienia, staram się także zdrowo odżywiać.

Prześlij Komentarz

Nick (wymagany)

E-mail (nie będzie widoczny) (wymagany)

Strona www

[Prześlij Komentarz](#)

Darmowe porady

Najlepsze porady pomocne w obniżeniu cholesterolu prosto na Twoją pocztę!

[Zapisz Mnie](#)

Dlaczego warto?

Kategorie

- Cholesterol
- Choroby
- Dieta
- Trójglicerydy

