



Холестерин
і ви

*The***AHSN***Network*



Щоб дізнатися більше,
відвідайте
www.heartuk.org.uk

СТАТИИ

ПОГАНИЙ ХОЛЕСТЕРИН

Може призвести до
закупорки артерій...



Багато з цих
продуктів
можуть
погіршити
стан

підвищити ризик
серцевого нападу,



інсульту

або іншого
серйозного
захворювання

ХОРОШИЙ ХОЛЕСТЕРИН

Багато з цих продуктів —



корисні для
здоров'я
артерій

Нам потрібен

БАЛАНС

Між хорошим
і поганим
холестерином

Що ми можемо зробити, щоб знизити рівень поганого

Бути активними

Схуднути



Деяким людям
потрібні ліки,
часто — статини



Щоб дізнатися більше про статини,
ознайомтеся з брошурою про статини