

**NHS**

Ju dhe kolesterolit:  
Parandalimi i infarkteve  
të zemrës dhe trurit

**TheAHSNNetwork**

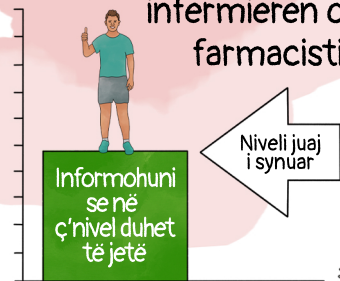


Për më tepër vizitoni  
[www.heartuk.org.uk](http://www.heartuk.org.uk)

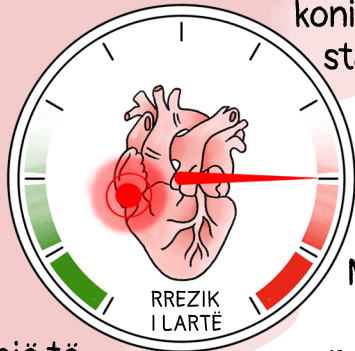


Nëse keni pasur infarkt të zemrës ose trurit, ose nëse jeni më të rrezikuar për infarkte (sepse keni diabet, anginë ose hiperkolesteremi të trashëguar) balancimi i kolesterolit dhe yndyrave të tjera në gjak mund t'ju ndihmojë të parandaloni infarktet e zemrës dhe të trurit.

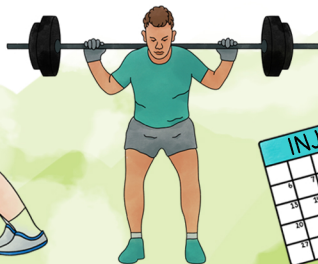
Nëse keni kolesterol të lartë, synoni një nivel të caktuar me mjekun, infermierën ose farmacistin tuaj



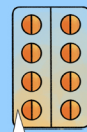
Shumë njerëz me rrezik të lartë duhet të marrin ilaçe; zakonisht fillojnë me statinë.



Mospirja e duhanit, ndjekja e një diete më të shëndetshme dhe më shumë ushtrime janë gjithashtu të rëndësishme.



Nëse nuk ulet, mund të provohen statina ose ilaçe të tjera.



Acidi bempedoik



Bilokues PCSK9i ose inkilisiran

Biseda me ekspertin tuaj të kujdesit shëndetësor mund t'ju ndihmojë të merrni vendimet më të mira për veten. Marrja e barnave siç duhet është e rëndësishme, ashtu si edhe zgjedhjet e një stili të shëndetshëm jetese.

