

20 Μαΐου 2016

## **Δεν χρειάζεται άδειο στομάχι πριν από εξετάσεις αίματος για χοληστερίνη, σύμφωνα με νέα έρευνα**

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Δεν είναι ανάγκη να

είναι κάποιος νηστικός από το προηγούμενο βράδυ, προκειμένου να κάνει εξέταση αίματος για χοληστερίνη το επόμενο πρωί, σύμφωνα με μια νέα διεθνή επιστημονική έρευνα.

Η σύσταση περί κατάργησης της νηστείας υιοθετήθηκε από 21 ειδικούς σε Ευρώπη, ΗΠΑ και Αυστραλία, την Ευρωπαϊκή Εταιρεία Αθηροσκλήρωσης, καθώς και την Ευρωπαϊκή Ομοσπονδία Κλινικής Χημείας και Εργαστηριακής Ιατρικής.

Πρόκειται για την πρώτη διεθνή σύσταση να καταργηθεί η νηστεία των τουλάχιστον οκτώ ωρών πριν τον έλεγχο της χοληστερίνης και των τριγλυκεριδίων. Μεταξύ των επιστημόνων που συνηγορούν υπέρ της κατάργησης της νηστείας είναι η Γενοβέφα Κολοβού, διευθύντρια του Τμήματος Προληπτικής Καρδιολογίας του Ωνάσειου Καρδιοχειρουργικού Κέντρου.

Οι ερευνητές, με επικεφαλής τον καθηγητή Μπόργκε Νορντεσγκάαρντ του Τμήματος Κλινικής Ιατρικής του Πανεπιστημίου της Κοπεγχάγης, έκαναν τη σχετική δημοσίευση στο ευρωπαϊκό καρδιολογικό περιοδικό «European Heart Journal».

Οι επιστήμονες ανέλυσαν στοιχεία για πάνω από 300.000 άτομα και κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι -παρά τις συνήθεις συστάσεις- δεν χρειάζεται να είναι άδειο το στομάχι για τον έλεγχο του επιπέδου της χοληστερίνης στο αίμα. Είτε κανείς είναι νηστικός, είτε όχι, τα επίπεδα τόσο της χοληστερίνης -ολικής, «καλής» (HDL) και «κακής (LDL)- όσο και των τριγλυκεριδίων δεν διαφέρουν.

Τα αποτελέσματα των εξετάσεων που έγιναν μία έως έξι ώρες μετά από φαγητό, ήσαν παρόμοια με αυτά που έγιναν μετά από πολύωρη νηστεία.

Σχεδόν σε όλες τις χώρες του κόσμου - με εξαίρεση τη Δανία από το 2009- έχει καθιερωθεί η νηστεία μερικών ωρών πριν την αιμοληψία. Όμως η πρακτική αυτή δημιουργεί προβλήματα σε αρκετούς ανθρώπους, όπως εργαζόμενους, διαβητικούς, παιδιά, ηλικιωμένους κ.α.

«Θα μπορούσαμε από αύριο κιόλας να καταργήσουμε τη νηστεία χωρίς κανένα πρόβλημα. Απλώς τα διαγνωστικά εργαστήρια θα αλλάξουν τη διαδικασία τους και κανείς δεν θα χρειάζεται πια να μένει νηστικός. Το κάναμε ήδη στη Δανία και όλοι έμειναν ευχαριστημένοι με την αλλαγή αυτή», δήλωσε ο Νορντεσγκάαρντ.

Η μελέτη επισημαίνει ότι η έως τώρα εμπειρία της Δανίας που έχει καταργήσει την υποχρεωτική νηστεία πριν την εξέταση αίματος, είναι άκρως θετική για ασθενείς, γιατρούς και διαγνωστικά εργαστήρια. Επιπλέον έχει αποδειχθεί ότι η ευκολότερη διαδικασία οδηγεί περισσότερους ανθρώπους να ελέγχουν πιο τακτικά τη χοληστερίνη τους, πράγμα που βοηθά στην πρόληψη των καρδιαγγειακών περιστατικών, όπως τα εμφράγματα και τα εγκεφαλικά.

Οι ερευνητές επεσήμαναν ότι η ανάγκη για νηστεία πριν την εξέταση μπορεί να συνεχίζει να υπάρχει για μερικές κατηγορίες ασθενών, όπως όσους έχουν συστηματικά υψηλά τριγλυκερίδια, όσους πάσχουν από παγκρεατίτιδα και όσους αρχίζουν να παίρνουν φάρμακα που θα ανεβάσουν πολύ το επίπεδο των λιπιδίων στο αίμα τους.

Σύνδεσμος: Για την πρωτότυπη επιστημονική εργασία στη διεύθυνση:  
<http://eurheartj.oxfordjournals.org/content/early/2016/04/22/eurheartj.ehw152>

Πάυλος Δρακόπουλος

**Πηγή:** [ikypros.com](http://ikypros.com)