

## Χοληστερόλη: Γιατί πρέπει να τη μετράμε στα παιδιά

[Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Υγεία και ιατρικά θέματα](#)



Τη θετική αποτίμηση της έγκαιρης διάγνωσης της υψηλής χοληστερόλης από την παιδική ηλικία εξάρουν οι επιστήμονες. Πως επωφελείται κανείς από την διάγνωση της υπερχοληστεροναϊμίας και ποιους κινδύνους προλαμβάνει;



Σήμερα, με στόχο την πρόληψη της αθηροσκλήρωσης επικεντρώνουμε το ενδιαφέρον στα μειωμένα επίπεδα χοληστερόλης στους ενήλικες.

Ωστόσο σύμφωνα με ορισμένους επιστήμονες η διαδικασία διάγνωσης της αυξημένης χοληστερόλης θα πρέπει να ξεκινάει πολύ νωρίτερα, από την παιδική ηλικία. Χαρακτηριστική είναι η άποψη της καθηγήτριας Kirsten Holvenat από το Τμήμα Διατροφής στο Πανεπιστήμιο του Όσλο ότι ξεκινάμε την διαδικασία της πρόληψης πολύ αργά, όταν πια η στένωση των αρτηριών είναι προχωρημένη. Για την ίδια, ο έλεγχος θα πρέπει να ξεκινάει από την παιδική ηλικία.

«Αν στρέψουμε την προσοχή μας στο πρόβλημα από τη νεαρή ηλικία θα μπορούσαμε να μειώσουμε την εξέλιξη της αθηροσκλήρωσης σημαντικά και να πετύχουμε καλύτερα αποτελέσματα. Τα τελευταία χρόνια άλλωστε, έχει φανεί πως οι δια βίου επιπτώσεις της χοληστερόλης επηρεάζουν την ανάπτυξη της αθηροσκλήρωσης. Με άλλα λόγια, ένα μεγάλο μέρος της χοληστερόλης αναπτύσσεται κατά την παιδική ηλικία και εφηβεία. Τα επίπεδα της χοληστερόλης συχνά μετριοούνται πρώτη φορά όταν κάποιος αγγίξει τα 40 έτη με αποτέλεσμα η αθηροσκλήρωση να είναι ήδη ανεπτυγμένη και να είναι αρκετά δύσκολο να ανατραπεί» εξήγησε η καθηγήτρια.

Οι γονείς μπορούν να κάνουν καλύτερες επιλογές τροφίμων

Τα τρόφιμα που καταναλώνουν τα παιδιά προφανώς και επηρεάζουν την μελλοντική κατάσταση των αγγείων τους, το ενδεχόμενο της αθηροσκλήρωσης

μελλοντικά καθώς και τις πιθανότητες λήψης φαρμακευτικής αγωγής στη μέση ηλικία λόγω υψηλών τιμών χοληστερόλης. «Οι γονείς μπορούν να κάνουν πιο υγιεινές επιλογές για τη διατροφή των παιδιών τους κατά τη διάρκεια της ενηλικίωσής τους. Αν ξεκινήσουν έγκαιρα, θα χρειαστεί να γίνουν μόνο μικρές αλλαγές στα επίπεδα της χοληστερόλης» τόνισε η καθηγήτρια Holvenat.

Τα παιδιά με πολλά σημάδια αθηροσκλήρωσης

Όπως τονίζουν οι ειδικοί, η αθηροσκλήρωση μπορεί να ξεκινήσει από την παιδική ηλικία και να συνεχίζεται καθόλη τη διάρκεια της ζωής. Οι έρευνες έδειξαν μάλιστα πως οι μητέρες με υψηλά επίπεδα χοληστερόλης κατά την διάρκεια της εγκυμοσύνης αποκτούν απογόνους με πρώιμα σημάδια αθηροσκλήρωσης. «Ακόμα και στη βρεφική ηλικία παρατηρούνται μεγάλες αποκλίσεις στις τιμές της χοληστερόλης. Μια φιλανδική έρευνα μάλιστα έδειξε ότι τα επίπεδα χοληστερόλης που έχουμε όταν είμαστε 3 ετών σχετίζεται στενά με τα επίπεδα χοληστερόλης που θα έχει κανείς όταν είναι ενήλικας. Αυτό μεταξύ άλλων σημαίνει πως «αν κάποιος έχει αυξημένη χοληστερόλη στο αίμα του ως παιδί, είναι πολύ πιθανό να παρουσιάζει αυξημένη χοληστερόλη ως ενήλικας» τονίζει η καθηγήτρια.

Η καθηγήτρια τονίζει πως η καρδιαγγειακή νόσος που προκαλείται από την αθηροσκλήρωση είναι η κύρια αιτία θανάτου για τις γυναίκες και τους άντρες πολίτες της Νορβηγίας και της Ευρώπης γενικότερα. Οι παθήσεις αυτές μάλιστα είναι που επιβαρύνουν συνολικά τον προϋπολογισμό της υγειονομικής περίθαλψης παγκοσμίως. «Τα προληπτικά μέτρα που μπορούν να μειώσουν τα κόστη αυτά μπορούν να επωφεληθούν πολύ περισσότερες τις εθνικές οικονομίες» κατέληξε η καθηγήτρια Holvenat

**Πηγή:** [ygeiamou.gr](http://ygeiamou.gr)