

## Расшифровка результатов

С медицинской точки зрения слишком низкий уровень холестерина несет больший риск для здоровья, чем слишком высокий. Все показатели должны находиться в пределах нормы. Норма холестерина составляет до 200 мг/дл (миллиграммов на децилитр). Очень высоким уровнем считается повышение до 240 мг/дл. Далее нужно смотреть на уровень холестерина хорошего, то есть на липопротеиды высокой плотности. Минимальный показатель — 35 мг/дл, но чем выше, тем лучше. Далее смотрим на плохой холестерин. Норма его составляет до 100 мг/дл, но лучше, конечно же, ниже. Повышение показателя на 30—50 единиц во много раз повышает риск возникновения сердечно-сосудистых заболеваний. 160 мг/дл является очень опасным показателем и требует вмешательства врача.

Триглицериды — это тоже холестерин, норма которого установлена медициной. Хорошо, если уровень его ниже, чем 200 мг/дл. Плохо, если показатель выше 1000 мг/дл.

## Содержание холестерина в крови

Уровень общего холестерина	
Ниже 5.2 ммоль/л	Оптимальный
5.2—6.2 ммоль/л	Максимально допустимый
Свыше 6.2 ммоль/л	Высокий
Уровень ЛПНП-холестерина («плохого»)	
Ниже 1.8 ммоль/л	Оптimalен для людей с высоким риском сердечно-сосудистых заболеваний
Ниже 2.6 ммоль/л	Оптimalен для людей, имеющих предрасположенность к сердечно-сосудистым заболеваниям
2.6—3.3 ммоль/л	Оптимальный
3.4—4.1 ммоль/л	Максимально допустимый

4.1—4.9 ммоль/л	Высокий
Свыше 4.9 ммоль/л	Очень высокий
<b>Уровень ЛПВП-холестерина («хорошего»)</b>	
Менее 1.0 ммоль/л (для мужчин)	Плохой
Менее 1.3 ммоль/л (для женщин)	
1.0—1.3 ммоль/л (для мужчин)	Нормальный
1.3—1.5 ммоль/л (для женщин)	
1.6 ммоль/л и выше	Отличный
<b>Уровень триглицеридов</b>	
Ниже 1.7 ммоль/л	Желательный
1.7—2.2 ммоль/л	Максимально допустимый
2.3—5.6 ммоль/л	Высокий
Выше 5.6 ммоль/л и свыше	Очень высокий

### Нормы холестерина в крови у женщин по возрасту

Возраст	Общий холестерин	ЛПНП-холестерин	ЛПВП-холестерин
5—10 лет	2.26—5.30 ммоль/л	1.76—3.63 ммоль/л	0.93—1.89 ммоль/л
10—15 лет	3.21—5.20 ммоль/л	1.76—3.52 ммоль/л	0.96—1.81 ммоль/л
15—20 лет	3.08—5.18 ммоль/л	1.53—3.55 ммоль/л	0.91—1.91 ммоль/л
20—25 лет	3.16—5.59 ммоль/л	1.48—4.12 ммоль/л	0.85—2.04 ммоль/л
25—30 лет	3.32—5.75 ммоль/л	1.84—4.25 ммоль/л	0.96—2.15 ммоль/л
30—35 лет	3.37—5.96 ммоль/л	1.81—4.04 ммоль/л	0.93—1.99 ммоль/л
35—40 лет	3.63—6.27 ммоль/л	1.94—4.45 ммоль/л	0.88—2.12 ммоль/л
40—45 лет	3.81—6.53 ммоль/л	1.92—4.51 ммоль/л	0.88—2.28 ммоль/л
45—50 лет	3.94—6.86 ммоль/л	2.05—4.82 ммоль/л	0.88—2.25 ммоль/л
50—55 лет	4.20—7.38 ммоль/л	2.28—5.21 ммоль/л	0.96—2.38 ммоль/л
55—60 лет	4.45—7.77 ммоль/л	2.31—5.44 ммоль/л	0.96—2.35 ммоль/л
60—65 лет	4.45—7.69 ммоль/л	2.59—5.80 ммоль/л	0.98—2.38 ммоль/л
65—70 лет	4.43—7.85 ммоль/л	2.38—5.72 ммоль/л	0.91—2.48 ммоль/л
> 70 лет	4.48—7.25 ммоль/л	2.49—5.34 ммоль/л	0.85—2.38 ммоль/л

### Нормы холестерина в крови у мужчин по возрасту

Возраст	Общий холестерин	ЛПНП-холестерин	ЛПВП-холестерин
5—10 лет	3.13—5.25 ммоль/л	1.63—3.34 ммоль/л	0.98—1.94 ммоль/л
10—15 лет	3.08—5.23 ммоль/л	1.66—3.34 ммоль/л	0.96—1.91 ммоль/л
15—20 лет	2.91—5.10 ммоль/л	1.61—3.37 ммоль/л	0.78—1.63 ммоль/л

20—25 лет	3.16—5.59 ммоль/л	1.71—3.81 ммоль/л	0.78—1.63 ммоль/л
25—30 лет	3.44—6.32 ммоль/л	1.81—4.27 ммоль/л	0.80—1.63 ммоль/л
30—35 лет	3.57—6.58 ммоль/л	2.02—4.79 ммоль/л	0.72—1.63 ммоль/л
35—40 лет	3.63—6.99 ммоль/л	1.94—4.45 ммоль/л	0.88—2.12 ммоль/л
40—45 лет	3.91—6.94 ммоль/л	2.25—4.82 ммоль/л	0.70—1.73 ммоль/л
45—50 лет	4.09—7.15 ммоль/л	2.51—5.23 ммоль/л	0.78—1.66 ммоль/л
50—55 лет	4.09—7.17 ммоль/л	2.31—5.10 ммоль/л	0.72—1.63 ммоль/л
55—60 лет	4.04—7.15 ммоль/л	2.28—5.26 ммоль/л	0.72—1.84 ммоль/л
60—65 лет	4.12—7.15 ммоль/л	2.15—5.44 ммоль/л	0.78—1.91 ммоль/л
65—70 лет	4.09—7.10 ммоль/л	2.49—5.34 ммоль/л	0.78—1.94 ммоль/л
> 70 лет	3.73—6.86 ммоль/л	2.49—5.34 ммоль/л	0.85—1.94 ммоль/л

При расшифровке результатов лабораторных исследований важно учитывать не только пол и возраст, но также ряд дополнительных факторов, которые могут существенно изменить картину и привести неопытного врача к неверным выводам:

**Сезон.** В зависимости от времени года, уровень вещества может понижаться или повышаться. Известно, что в холодное время года концентрация растет примерно на 24 %. Отклонение на подобное значение может считаться физиологической нормой.

**Начало менструального цикла.** В первую половину цикла отклонение может достигать почти 10 %, что также является физиологической нормой. В более поздние этапы цикла наблюдается повышение холестерина на 68 %. Это объясняется особенностями синтеза жирных соединений под воздействием половых гормонов.

**Вынашивание плода.** Беременность — другая причина существенного повышения холестерина, обусловленного иной интенсивностью синтеза жиров. Нормальным считается повышение на 12—15 % от нормы.

**Злокачественные новообразования.** Способствуют резкому снижению концентрации уровня жирного спирта. Объяснить этот процесс можно активным ростом

патологической ткани. Для ее формирования требуется много веществ, в том числе и жирного спирта.

**Заболевания.** Если анализ показал, что уровень холестерина выше нормы, то это характерно для таких болезней, как:

- врожденная гиперлипидемия;
- патологии гепатобилиарной системы;
- рак поджелудочной железы;
- сахарный диабет;
- гипотиреоз;
- патологии почек.

Иногда высокий уровень холестерина является следствием нездорового образа жизни — у людей, страдающих алкоголизмом и ожирением, а также у тех, кто слишком увлекается жирной едой, этот показатель приближается к верхней границе нормы и иногда даже пересекает ее.

Если анализы показали пониженный холестерин, это также может быть признаком некоторых заболеваний:

- гипопопротеинемия;
- гипертиреоз;
- рак печени;
- цирроз печени, особенно на поздних стадиях;
- хроническая анемия;
- патологии костного мозга;
- хроническая легочная патология.

Понижение концентрации холестерина характерно также для острых инфекций, сепсиса и обширных ожогов. Погрешности в диете тоже могут снизить этот показатель — у людей, чрезмерно увлекающихся голоданием и очень строгими диетами, а также у тех, кто употребляет слишком много жирных кислот (омега), часто наблюдается низкий уровень холестерина.

Таким образом, можно сделать некоторые выводы. С течением времени уровень холестерина в крови