

Je surveille mon taux de cholestérol

Le site du Docteur brigitte delamarre

Adresse du site : www.docvadis.fr/docteur.delamarre.brigitte



Validé par
le Comité Scientifique Cardiologie

L'excès de cholestérol dans le sang peut avoir des complications graves. Il est donc recommandé pour tout le monde, mais surtout dans certaines situations, de faire doser son cholestérol.

Pourquoi doser mon cholestérol ?

- L'excès de cholestérol dans le sang, s'il n'est pas traité, entraîne des complications graves. Il bouche les artères, notamment celles qui nourrissent le cœur, qui irriguent le cerveau, les reins et les jambes.
- L'excès de cholestérol peut avoir différentes causes. La principale est l'alimentation. Le risque d'en souffrir est augmenté lorsqu'on consomme trop de graisses d'origine animale : abats, charcuterie, viande, lait, œuf, beurre. Une consommation régulière d'alcool et le surpoids sont souvent associés à l'excès de cholestérol.

Quand doser mon cholestérol ?

Cela dépend de plusieurs éléments : l'âge, les antécédents familiaux, certains facteurs de risque (tabac, alcool, mode de vie...). Un premier dosage au début de la vie adulte, entre 18 et 30 ans, est conseillé.

Le dosage du cholestérol total peut être suffisant, mais, pour avoir une idée plus précise, on fait généralement un bilan lipidique, comprenant aussi un dosage des triglycérides, du HDL- cholestérol, également dit « bon cholestérol », et du LDL- cholestérol ou « mauvais cholestérol ».

Ces résultats ne doivent pas être interprétés seuls. Le risque cardiovasculaire ne dépend pas uniquement du taux de cholestérol.

Les différents facteurs de risque seront à prendre en compte pour déterminer le rythme des dosages à

effectuer et pour décider de la nécessité d'un traitement anti-cholestérol.

La situation est donc différente si on a uniquement un taux de cholestérol élevé ou si on cumule, par exemple, diabète et antécédent familial.

L'hérédité joue-t-elle un rôle ?

Le risque est nettement plus important chez une personne dont l'un des parents souffre aussi d'un excès de cholestérol.

Les médicaments que je prends peuvent-ils augmenter mon cholestérol ?

Certains médicaments, notamment la pilule contraceptive, peuvent contribuer à augmenter le taux de cholestérol.

Une alimentation riche, un excès de poids, la consommation d'alcool ou de tabac, la prise de pilule contraceptive, une famille dans laquelle il y a des problèmes de cholestérol doivent vous inciter à mesurer votre cholestérol.