

了解糖尿病患者的胆固醇和甘油三酯

如果您患有糖尿病,那么您患心血管疾病的风险会更高。控制胆固醇水平是降低风险的一种方法。



请您的医疗团队安排检查您的胆固醇水平。
当您被确诊糖尿病时,医生会检查您的胆固醇水平,之后应至少每年检查一次。



LDL

低密度脂蛋白胆固醇,也称为“坏”胆固醇,会增加患心血管疾病的风险。对于许多糖尿病患者来说,低密度脂蛋白胆固醇的目标值为低于 70 mg/dL。有些心脏病患者的目标范围可能更低,为<55mg/dL。

 **<70mg/dL**

 **<55mg/dL**
患有心血管疾病



甘油三酯

甘油三酯是另一种会影响心脏健康的血脂



HDL

高密度脂蛋白胆固醇,也称为“好”胆固醇,有助于降低患心血管疾病的风险。



控制胆固醇和甘油三酯水平,维护心脏健康



以下是一些有助于改善胆固醇的举措:

- 控制体重
- 积极参与体育活动
- 选择富含健康脂肪的食物,并限制饱和脂肪和反式脂肪的摄入。

与您的医疗团队讨论您的胆固醇和甘油三酯水平,以及您的治疗方案是否需要调整以支持您的健康目标。

