胆固醇月

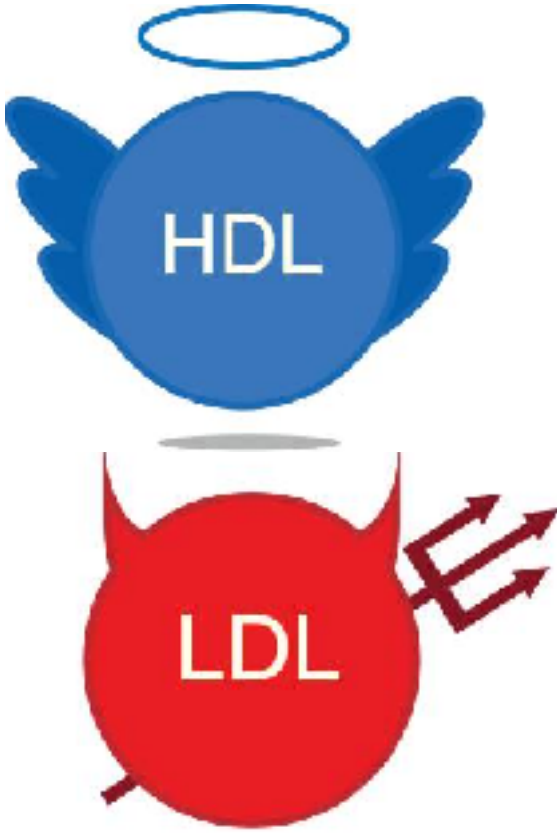
好或坏？

要保持健康并且避免心脏问题，必须控制血液中的脂肪量，特别要注意以下几点：

总胆固醇
理想值低于200毫克/分升

高密度脂蛋白（**HDL**）胆固醇
高密度脂蛋白帮助从动脉中去除多余的胆固醇。
理想值高于60毫克/分升

低密度脂蛋白（**LDL**）胆固醇
血浆中低密度脂蛋白的增加与动脉硬化性疾病风险增加有关系。
该值必须低于130毫克/分升



疾控中心建议检查下列项目，监测你的胆固醇值

总胆固醇
高密度脂蛋白胆固醇
低密度脂蛋白胆固醇
甘油三酸酯

12欧元

如果您的检查结果超出正常范围，请联系您的家庭医生