

Avoir le cholestérol bien en main - Les cardiologues suisses appellent à l'action

Zurich (ots) -

Une jeune femme sportive en bonne santé a été saisie par son taux de cholestérol trop élevé lors d'un examen médical. Un cas unique? - Non, disent trois cardiologues suisses renommés. Ils appellent à améliorer durablement la gestion du cholestérol en Suisse et fondent le Swiss Cholesterol Network.

Connaissez-vous votre taux de cholestérol? Ou celui de votre partenaire? A. (31) n'avait aucune idée du taux de ses lipides sanguins et n'aurait également jamais pensé à les faire contrôler, étant donné qu'elle n'est ni âgée ni fumeuse et qu'elle ne présente pas de surcharge pondérale. Mais lors d'un examen médical obligatoire au poste de travail, il s'est avéré que son taux de cholestérol atteignait la limite supérieure. A. a répondu à la question «Fumez-vous?» par la négative ainsi qu'aux questions concernant le manque d'exercice physique ou la surcharge pondérale, réponses ne satisfaisant pas une grande partie des facteurs de risque d'une élévation du taux de cholestérol. «Mangez-vous beaucoup de viande et de fritures et pratiquement pas de légumes et de fruits?». - Etant donné qu'A. habitait à l'époque aux U.S.A., la question était justifiée et elle fit un signe d'approbation.

De retour à la maison, A. s'est renseignée plus en détail sur Internet: le cholestérol n'est pas tout simplement un problème, il constitue au contraire un élément important de toutes les cellules corporelles, il constitue la substance de base d'hormones et de la vitamine D. Environ deux tiers de la quantité nécessaire sont produits par le corps lui-même, dans le foie, et nous absorbons un tiers par l'ingestion d'aliments d'origine animale. Normalement, le corps maintient la quantité de cholestérol en équilibre, le foie régulant la production. La Fondation Suisse de Cardiologie rapporte que ceci ne fonctionne cependant plus parfaitement chez 30 à 34 % des hommes et des femmes âgés de plus de 25 ans. Simultanément, on sait que le cholestérol total augmente sans cesse chez les hommes jusqu'à l'âge de 50 ans et se stabilise ensuite, alors que chez les femmes il continue d'augmenter. Le risque d'être atteint ou de décéder d'une séquelle radicale d'un taux de cholestérol trop élevé, telle qu'un infarctus du myocarde, un accident vasculaire cérébral ou l'occlusion d'un vaisseau sanguin, a considérablement augmenté tant chez les hommes que les femmes au cours de ces dix dernières années.

De façon effrayante, il existe un pronostic qui explique que si le comportement ne change pas d'ici 2020 en Europe, plus de 3 millions de décès seront à attribuer aux taux de cholestérol élevés. Il est par conséquent décisif d'informer maintenant dans une large mesure et en détail sur les causes et les risques. Ce faisant, l'information joue un rôle central, et ce tant dans la prévention que dans les traitements médicaux et cliniques par le médecin. Car c'est justement dans le cas du traitement que le patient informé et prêt à l'action peut contribuer à long terme dans une large mesure à coopérer activement à minimiser d'autres risques et, par conséquent, à diminuer les coûts.

Pour ces raisons, trois cardiologues suisses renommés ont fondé le

«Swiss Cholesterol Network» (SCN) avec l'objectif d'améliorer durablement la gestion du cholestérol en Suisse. Le Prof G. Noll de l'hôpital universitaire de Zurich: «Les valeurs cibles fixées pour le cholestérol ne sont atteintes que par une minorité et l'importance d'un taux élevé de lipides sanguins est encore toujours sous-estimée par la population. La gestion du cholestérol en Suisse offre un large domaine de possibilités d'optimisation auquel nous allons nous attaquer avec un catalogue de mesures.»

Mauvais cholestérol:

LDL Les graisses du sang de faible densité (Low Density Lipoproteins «LDL» / lipoprotéines de faible densité) transportent le cholestérol du foie dans les cellules. Au plus la concentration dans le sang augmente, au plus des particules de LDL en excès se logent dans la paroi des vaisseaux sanguins. Valeur recommandée: inférieure à 2,6 mmol/l

Bon cholestérol: HDL

Les graisses du sang de haute densité (High Density Lipoproteins «HDL» / lipoprotéines de haute densité) prélèvent le cholestérol des tissus et le retransportent vers le foie où il est éliminé. Un taux élevé de HDL dans le sang est considéré comme facteur de protection. Valeur recommandée: supérieure à 1 mmol/l

Triglycérides non sains

Les triglycérides sont des acides gras liés à la glycérine. Ils sont également produits par le corps (foie) et ingérés avec l'alimentation. La plupart du temps, un taux sanguin de triglycérides élevé est accompagné d'un taux de cholestérol HDL trop bas. Valeur recommandée: inférieure à 1,7 mmol/l

Maintenant, nous devons agir ensemble!

Le Prof Georg Noll (USZ Zurich), le Prof hon. Roger Darioli, université de Lausanne et le Prof Bernhard Meier, hôpital de l'Île à Berne, tous les trois cardiologues, formulent ensemble des mesures concrètes dans le «Swiss Cholesterol Network»:

- travail d'information au sein de la population en ce qui concerne les dangers des taux de cholestérol trop élevés.
- nouveaux abords dans le domaine agro-alimentaire - les produits bon marché présentent souvent des valeurs lipidiques et énergétiques élevées alors que les aliments sains coûtent souvent plus cher.
- transposition cohérente par les médecins des directives de traitement connues et généralement acceptées.
- poser un diagnostic précoce et global. Un traitement suivi à temps est moins cher que des traitements de suivi ultérieurs.
- meilleure interaction entre le médecin et le patient.
- collaboration interdisciplinaire entre les domaines alimentation, exercice physique, enseignement, médecine, assurance-maladie, politique et médias.

Contact:

Pia Viviani
Sekretariat Swiss Cholesterol Network
c/o PR-SCHWEGLER AG
Agency for Health Care Communications
Hermeschloostrasse 73
8048 Zürich
Switzerland
Tél.: +41/44/434'20'20
Fax: +41/44/434'20'21
E-Mail: info@swisscholesterolnetwork.ch

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100005516/100590968> abgerufen werden.