

膽固醇

罹患心肌梗塞和中風的風險因素

做出決定並採取行動之前，把您個人和家庭的信仰及共同關注之事考慮在內非常重要。

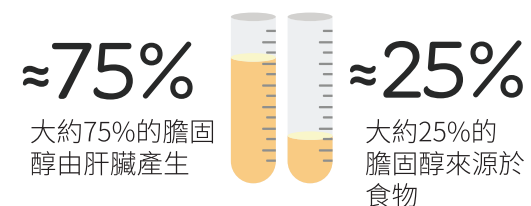
您會讓誰來幫助您應對膽固醇和整體患病風險呢(比如親屬、家人或教會成員)?經過這樣的考慮後，您更有可能獲得支持。

您對採取下一步措施有多大信心?

您是否曾想過，做出改變會給您和家庭帶來的益處?

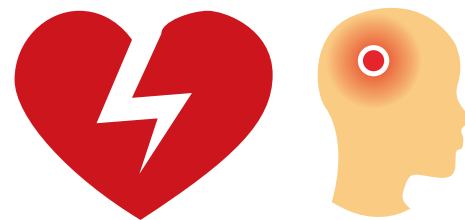
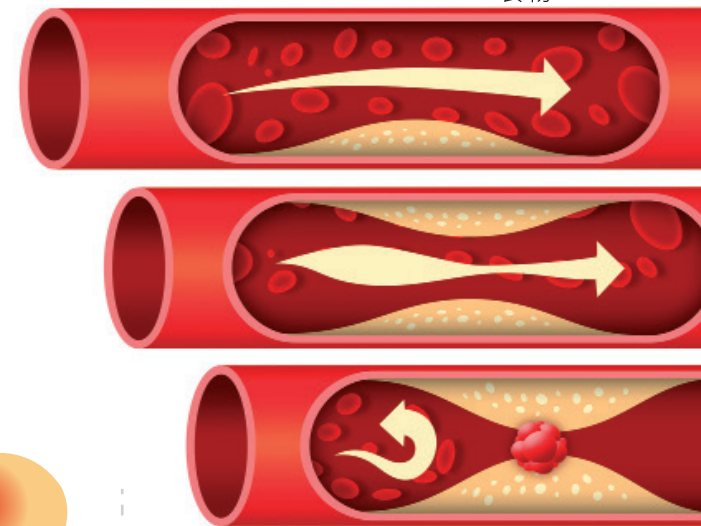
您可能做出的改變有何利弊?

膽固醇是環流於血液中一種脂肪，發揮著很多重要的作用。



高血脂

多餘的膽固醇會在體內堆積。血液內膽固醇含量過高會增加患心肌梗塞和中風的風險。



膽固醇可在體內堆積，使動脈變窄。變窄的動脈裡，如果產生栓塞就會引起心肌梗塞或中風。



醫院收治的心肌梗塞患者中有54%的人患有高血脂。

很多人沒有意識到自己高血脂。要知道自己患病與否的唯一辦法是做血液檢查。

下次預約診斷時要提的問題：

獲得更多資訊，請點擊 www.heartfoundation.org.nz 網站搜索“cholesterol(膽固醇)”。

作為一家慈善機構，我們感謝捐贈者的慷慨贈予，讓此宣傳單張得以出版發行。

HHC-BC-CL-CHT-20-VI

高血脂只是心肌梗塞和中風的風險因素之一。要知道您的整體風險請諮詢醫務人員。

展望未來

如果想與家人長伴，與計劃和夢想同行，您的高血脂及罹患心肌梗塞或中風的危險因子會對此有影響嗎？

未來五年內我

罹患心肌梗塞或中風的風險是

(高,中,低)

我要做什麼才能降低風險？ 醫務人員又推薦了哪些做法？



您可能會問的問題：

- 對我來說降低風險最重要的事情是什麼？
- 我可以採取哪些切實可行的措施來降低風險？

我的下一步是：