

Wpływ diety na poziom cholesterolu we krwi - skuteczne wskazówki jak poprawić wyniki badań

Co to jest hipercholesterolemia, w jakich produktach znajduje się najwięcej cholesterolu, co to są rójglicerydy? Na te i inne pytania w poniedziałek 24 lutego, w Filii nr 1 odpowiedzi udzieliła dietetyczka, podczas spotkania edukacyjnego w zakresie promocji zdrowia, zorganizowanego wspólnie z Urzędem Miasta Inowrocławia. Prelegentka wyjaśniła zebranym co to są lipoproteiny oraz różnice między złym a dobrym cholesterol. Gość podpowiedział, jakie badania należy wykonać by mieć stuprocentową pewność, ile wynosi poziom cholesterolu. Na zakończenie spotkania specjalistka wymieniła czynniki i produkty, które szkodzą oraz zalecane, sprzyjające zdrowiu.



Wpływ diety na poziom cholesterolu we krwi - skuteczne wskazówki
jak poprawić wyniki badań

