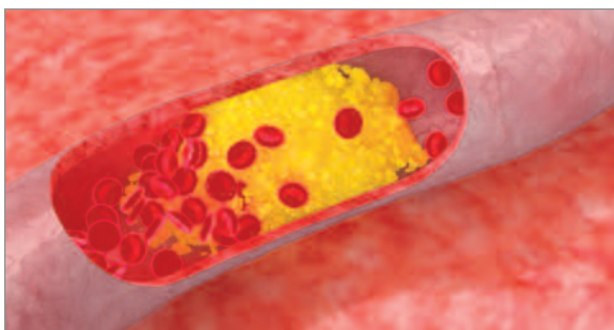


# Mikroskładniki odżywcze są ważne dla zdrowego poziomu cholesterolu

Liczba ludzi, u których diagnozuje się wysoki poziom cholesterolu we krwi stale wzrasta w miarę wydawania nowych zaleceń co do poziomu cholesterolu. Obecnie około 71 milionów dorosłych Amerykanów i około 35% dzieci w wieku zaledwie 9 lat ma graniczny lub wysoki poziom cholesterolu i z tej przyczyny wymaga leków obniżających poziom cholesterolu. Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) ponad 50% dorosłych osób w krajach o wysokich dochodach i około 25% -35% w krajach o niższych dochodach ma podwyższony poziom cholesterolu.



Cholesterol zyskiwał status substancji "niepożądaney" w miarę zmierzania wspólnoty farmaceutycznej do zgody, że jest on nie tylko przyczyną poważnych chorób związanych z sercem, ale także innych chorób. Niektóre badania sugerują nawet, że wysoki poziom cholesterolu może zwiększyć ryzyko zachorowania na raka piersi, pomimo faktu, że chorzy na raka mają przeważnie zbyt niski poziom cholesterolu we krwi. Ponadto bardzo niskie poziomy cholesterolu mogą prowadzić do rozwoju choroby Alzheimera.

Takie sprzeczne informacje są mylące dla tych, którzy starają się utrzymać zdrowy poziom cholesterolu i zniekształcają ważną rolę cholesterolu dla utrzymania zdrowia. Cholesterol jest niezbędnym składnikiem wszystkich błon komórkowych i jest niezbędny dla produkcji hormonów nadnerczy i hormonów płciowych oraz wytwarzania żółci. Cholesterol jest między innymi prekursorem witaminy D i jest potrzebny dla optymalnego funkcjonowania mózgu i innych organów.

Według dr Ratha wysoki poziom cholesterolu nie jest przyczyną - ale raczej konsekwencją - istniejącej choroby układu sercowo-naczyniowego. Wysoki poziom cholesterolu może wskazywać na słabości strukturalne ścian naczyń krwionośnych (zaburzenia w produkcji kolagenu), spowodowane głównie przez długotrwałe niedobory witaminy C i innych niezbędnych mikroskładników odżywczych. W celu wzmocnienia osłabionych ścian naczyń krwionośnych organizm zwiększa odkładanie w naczyniach cholesterolu - wprowadzając tam lipoproteiny - takie jak LDL i Lp(a) - jako "czynniki naprawcze". Im bardziej zaawansowane jest uszkodzenie naczyń, tym więcej cholesterolu jest wytwarzane w wątrobie i odkładane na ścianach naczyń krwionośnych, co wraz z upływem czasu prowadzi do powstawania blaszki miażdżycowej i ryzyka zawału serca lub udaru mózgu. Oprócz pośredniego wpływu witaminy C na produkcję cholesterolu z uwagi na jej rolę w stabilizacji naczyń krwionośnych, witamina ta może wpływać na produkcję cholesterolu bezpośrednio. Reguluje ona ten sam kluczowy enzym w syntezie cholesterolu - reduktazę HMG-CoA - który jest blokowany przez statyny - najpopularniejsze leki obniżające poziom cholesterolu.

Chociaż witamina C ma tu kluczowe znaczenie, to nie jest jedynym czynnikiem niezbędnym dla utrzymania zdrowego poziomu cholesterolu. Działa ona w synergii z lizyną, proliną, arginina, witaminą B3 i innymi mikroskładnikami odżywczymi w polepszaniu struktury ścian tętnic i regulowaniu syntezy cholesterolu w wątrobie.

Szczegółowy program zawierający mikroskładniki odżywcze ważne dla zdrowego metabolizmu cholesterolu oceniano w naszym pilotażowym badaniu klinicznym u ludzi (34-68 lat) cierpiących na zaburzenia metabolizmu tłuszczu. Zaobserwowaliśmy, że po sześciu miesiącach suplementacji mikroskładnikami odżywczymi, średni całkowity poziom cholesterolu obniżył się o 14%, LDL ("zły" cholesterol) o 10%, trójglicerydów o 22% i homocysteiny o 3%. Ponadto poziom Lp(a), który jest dokładniejszym wskaźnikiem ryzyka chorób serca niż całkowity cholesterol, został zmniejszony o 13%. Obecnie brak dostępnych, skutecznych terapii farmakologicznych dla obniżenia Lp(a). Jednocześnie średni poziom HDL ("dobry" cholesterol) wzrósł o 8%, co pozytywnie przyczynia się do zapobiegania powstawaniu i do redukcji blaszek miażdżycowych.

Obecnie 43 miliony Amerykanów przyjmuje statyny, czyli leki obniżające poziom cholesterolu, a według nowych zaleceń Amerykańskiego Stowarzyszenia Kardiologicznego na rok 2014 dodatkowym 13 mln dorosłych, którzy nigdy nie mieli żadnego rodzaju choroby serca, zostaną przepisane statyny. Nasze badania wykazały, że - w przeciwieństwie do wszystkich leków obniżających cholesterol - synergia specyficznych mikroskładników odżywczych może poradzić sobie ze złożonymi zaburzeniami metabolizmu lipidów bez skutków ubocznych. Tak więc, oprócz zdrowej diety i regularnych ćwiczeń, synergia mikroskładników odżywczych oferuje wsparcie i bezpieczniejsze podejście ludziom, którzy próbują utrzymać zdrową równowagę cholesterolu.

Literatura: Cellular Health Communication, Vol 1, No. 1, 2001

## Strona aktualności Nauki o zdrowiu

Niniejsza informacja jest dostarczana dzięki uprzejmości Instytutu Badawczego dr Ratha. Kierowany przez dwóch byłych współpracowników dwukrotnego laureata Nagrody Nobla Linusa Paulinga (zm. w 1994 r.), Instytut ten stał się liderem przełomowych badań nad naturalnymi metodami ochrony zdrowia w zakresie raka, chorób układu krążenia i innych powszechnych chorób. Instytut jest jednostką w 100% zależną od niedochodowej Fundacji Dr Ratha.

Przełomowy charakter tych badań stanowi zagrożenie dla liczonego w miliardach dolarów, farmaceutycznego "biznesu zarabiania na chorobie." Nie jest zaskoczeniem, że przez wiele lat lobby farmaceutyczne atakowało Dr Ratha i jego zespół badawczy, próbując wyciszyć ich przesłanie. Nadaremnie. Podczas tej bitwy dr Rath stał się znanym na całym świecie zwolennikiem medycyny naturalnej mówiąc: "Nigdy w historii medycyny naukowcy nie byli tak zaciekle atakowani za swoje odkrycia. To nam przypomina, że zdrowie nie jest nam dane dobrowolnie, ale musimy o nie walczyć."

Możesz wydrukować kopie tych Aktualności ze strony: [www4pl.dr-rath-foundation.org/research\\_news/index.html](http://www4pl.dr-rath-foundation.org/research_news/index.html), i podzielić się nimi ze swoimi przyjaciółmi i znajomymi. Bezpłatna kopia pełnego tekstu opisanego tu badania jest dostępna pod adresem: [www.drrathresearch.org/pub/pdf/hsns1430.pdf](http://www.drrathresearch.org/pub/pdf/hsns1430.pdf), którym również możesz podzielić się ze swoim lekarzem.

[www.DrRathResearch.org](http://www.DrRathResearch.org)

Issue: 22\_040814