

## HIPOLIPIDEMICI KAO DODACI PREHRANI

**Klopic Lejla**

Farmacutski fakultet Tuzla, student

Hipolipidemici su sredstva za liječenje hiperlipidemije, stanja povećane koncentracije masnoća u krvi, koje su treći faktor nastanka kardiovaskularnih bolesti i vodeći uzrok smrtnosti u razvijenim zemljama. Metaboličke bolesti u koje spadaju hiperlipoproteinemije su stanja povišenog nivoa lipoproteina u krvi i mogu biti: primarne i sekundarne. Primarne predstavljaju poremećaj metabolizma lipoproteina u organizmu, a sekundarne su izazvane drugim bolestima (hipotireoza, šećerna bolest, nefrotski sindrom, paraproteinemije). Lipoproteini se mogu klasificirati: hilomikroni, lipoproteini vrlo male gustine (VLDL), lipoproteini srednje gustine (IDL), lipoproteini male gustine (LDL), lipoproteini velike gustine (HDL). Hipolipidemici se mogu koristiti kao hrana i dodaci prehrani u sprečavanju nastanka i liječenju hiperlipoproteinemije, djelujući svojim aktivnim komponentama na razgradnju masnoća i njihovu eliminaciju iz organizma.

Hipolipidemičke osobine pokazuju namirnice koje možemo svakodnevno unositi preko hrane ili raznih dodataka, kao što su: bijeli luk, sezam, zob, zeleni čaj, med, lan, artičoka, morski plodovi, jabuka, stolosnik, aloe vera, zelena pšenica, ulje lososa, cimet, smokva i dokazano su imale pozitivan efekat na poboljšanje zdravstvenog stanja oboljelih od hiperlipoproteinemije. Dodaci se industrijski dobivaju od navedenih namirnica i mogu se naći na tržištu u različitim farmaceutskim formama.

Tretman hiperlipoproteinemije obavezno počinje dijetetskim mjerama, koje imaju za cilj smanjiti unos lipida i holesterola, ključ razumijevanja u liječenju je pravilna ishrana, razlikovanje pri unosu namirnica bogatih zasićenim masnim kiselinama, koje nisu dopuštene ili vrlo malo i namirnica koje sadrže nezasićene masne kiseline, kao i obaveznu fizičku aktivnost. Hiperlipoproteinemija nije klasična bolest, na osnovu čega se može zaključiti da jedino upotrebom hipolipidemika preko ishrane se može uticati na stanje koje vrlo često izaziva i smrt i doprinijeti uspostavljanju zdravijeg i kvalitetnijeg života.