

Recenzje	4
Jak możesz sprawdzić, czy występuje u Ciebie hipercholesterolemia?	5
Kiedy lekarz może rozpoznać hipercholesterolemię?	6
Dlaczego ważne jest leczenie hipercholesterolemii?	7
Jakie leczenie stosuje się w celu obniżenia podwyższonego cholesterolu LDL i jakie korzyści może przynieść Ci jego obniżenie?	8
Co o diecie w leczeniu hipercholesterolemii mówią polskie i europejskie rekomendacje?	9
Talerz diety w hipercholesterolemii	10
Wytyczne Polskiego Forum Profilaktyki Chorób Układu Krążenia dotyczące zasad zdrowego żywienia i nefarmakologicznego leczenia dyslipidemii, w tym hipercholesterolemii	14
Wytyczne Europejskiego Towarzystwa Kardiologicznego (ESC) i Europejskiego Towarzystwa Miażdżycowego (EAS) dotyczące leczenia zaburzeń lipidowych w 2019 i 2016 roku	15
Wytyczne PTL/KLRwP/PTK/PTDL/PTD/PTNT dotyczące diagnostyki i leczenia zaburzeń lipidowych w Polsce 2021	21
Dieta dla pacjenta z hipercholesterolemią w praktyce	35
O diecie w praktyce. Europejskie wytyczne ESC/EAS dotyczące zapobiegania chorobom serca i naczyń w praktyce klinicznej na 2016 rok oraz wytyczne ESC/EAS 2019 dotyczące leczenia zaburzeń lipidowych.	39
Suplementy diety i żywność funkcjonalna w leczeniu dyslipidemii	49
Wytyczne Europejskiego Towarzystwa Kardiologicznego (ESC) dotyczące kardiologii sportowej i ćwiczeń fizycznych u osób z chorobami układu krążenia (2020)	55
Jadłospisy na 14 dni o wartości energetycznej około 1600 kcal dla pacjentów z hipercholesterolemią	63
Przepisy dla pacjentów z hipercholesterolemią	79
Piśmiennictwo	133