

## 1. Hän on Minna

Minna on 40-vuotias myyntipäällikkö, joka liikkuu kohtuullisesti eikä tupakoi. Viimeisimmässä terveystarkastuksessa hänen LDL-kolesterolipitoisuutensa oli koholla. Minnalla ei ole muita valtimosairauksien riskitekijöitä, joten lääkäri neuvoi häntä kiinnittämään huomiota sydänystävälliseen ruokavalioon ja ohjeisti myös täydentämään ruokavaliota kasvistanoliesteriä sisältävillä Benecol®-tuotteilla.

*Minnan kolesteroliarvot olivat koholla, mutta valtimosairauksien kokonaisriski matala. Benecol®-tehojuoma auttoi häntä yhdessä muiden ruokavaliomuutosten kanssa saavuttamaan LDL-kolesterolin tavoitearvon. Minna oli erittäin tyytyväinen lopputulokseen. "Pullo tehojuomaa päivässä, ja kolesterolipitoisuuteni laski", Minna toteaa.*



## 2. Hän on Mika

Mika on 46-vuotias opettaja, jolla todettiin muutama vuosi sitten terveystarkastuksessa tyypin 2 diabetes ja hyperkolesterolemia. Koska Mika ei halua käyttää suurempaa statiiniannosta, lääkäri kehotti häntä kiinnittämään entistä tarkemmin huomiota ruokavalioon ja aloittamaan kasvistanolia sisältävien tuotteiden käytön LDL-kolesterolipitoisuuden alentamiseksi. Mika sai myös ajan ravitsemusterapeutin vastaanotolle henkilökohtaiseen ruokavaliio-ohjaukseen.

*Mikalla on korkea valtimosairauksien kokonaisriski. Hän vaihtoi aikaisemmin käyttämänsä jogurtin Benecol®-jogurttiin ja onnistui saavuttamaan LDL-kolesterolin tavoitearvon ilman statiiniannoksen kasvattamista. "Olen elävä esimerkki siitä, että huolellisesti valitusta jälkiruoasta ei ole haittaa vaan päinvastoin hyötyä", Mika toteaa ja nuolaisee lusikkansa puhtaaksi.*



## 3. Hän on Aino

Aino on 7-vuotias tyttö, jolla hiljattain todettiin heterotsygoottinen perinnöllinen hyperkolesterolemia. Myös hänen äitinsä on FH-potilas. Koko perhe noudattaa sydänystävällistä ruokavaliota, joka on suunniteltu yhdessä ravitsemusterapeutin kanssa. Perhe haluaa kattaa ruokapöytänsä kaikki keinot, joiden kolesterolia alentavasta tehosta on näyttöä. Siksi he suosivat kasvistanoliesteriä sisältäviä tuotteita.

*Benecol-levitteen päivittäinen käyttö on yksi tärkeimmistä kolesterolia alentavan ruokavaliion valinnoista, joita FH-lapsi Ainoon perhe on tehnyt. "Kun meillä on perunamuusia, äiti antaa minun leikkiä ruoalla. Laitan Benecolia huipulle ja teen muusista patoja pysäyttämään sulaneen margariinin."*





Kasvistanoliesteriä sisältävät Benecol®-tuotteet ovat suositusten mukainen keino alentaa kolesterolia.

Kansainväliset ja kotimaiset hoitosuositukset<sup>1-9</sup> kehottavat lisäämään ruokavalioon kasvistanoliesteriä, Benecol®-tuotteiden tehoainetta, osaksi kohonneen kolesterolin hallintaa erityisesti seuraaville potilasryhmille:

1. Hyperkolesterolemiapotilaat, joiden valtimotautien kokonaisriski on matala ja jotka eivät vielä tarvitse lääkettä
2. Korkean riskin potilaat, kuten diabetespotilaat, jotka eivät saavuta LDL-kolesterolin tavoitearvoa statiinihoidolla, tai jotka eivät siedä statineja
3. Familiaalista hyperkolesterolemiata sairastavat lapset ja aikuiset

Kun kasvistanoliesteriä käytetään suositeltu määrä päivittäin aterian yhteydessä, LDL-kolesterolia alenee keskimäärin 10 % 2-3 viikossa. Vaikutus säilyy niin kauan kun tuotteita käytetään oikein.

Benecol®-tuotteiden suositteleminen osaksi kolesterolia alentavaa ruokavaliota on hoitosuositusten mukainen keino auttaa potilaitasi kohonneen kolesterolin hallinnassa.

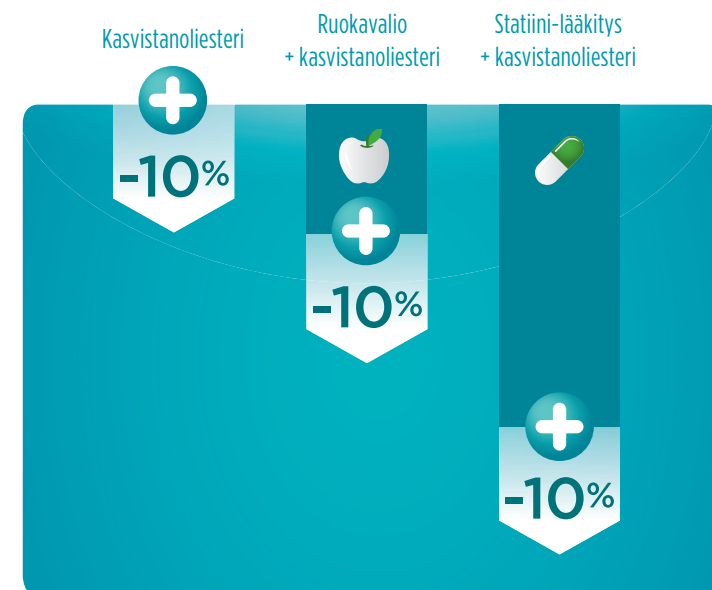
**References:** 1. Gylling et al. EAS Consensus Paper. Plant sterols and plant stanols in the management of dyslipidaemia and prevention of cardiovascular disease. *Atherosclerosis* 2014; 232: 346-360. 2. Catapano et al. 2016 ESC/EAS Guidelines for the management of dyslipidaemias. *Atherosclerosis* 2016; 253: 281-344. 3. Dyslipidemia, Käypä hoito -suositus, 2013. 4. Piepoli et al. 2016 European Guidelines on cardiovascular disease prevention in clinical practice. *Eur Heart J* 2016; 37: 2315-2381. 5. International Atherosclerosis Society. IAS Position Paper: Global Recommendations for the Management of Dyslipidemia, 2013. 6. American Diabetes Association. Cardiovascular disease and risk management. Sec. 8. In *Standards of Medical Care in Diabetes 2016*. *Diabetes Care* 2016; 39: S60-S71. 7. Expert Panel on Integrated Guidelines for Cardiovascular Health and Risk Reduction in Children and Adolescents: Summary Report. *Pediatrics* 2011; 128: S213-S256. 8. Nordestgaard et al. EAS Consensus Paper. Familial hypercholesterolaemia is underdiagnosed and undertreated in the general population: guidance for clinicians to prevent coronary heart disease. *Eur Heart J* 2013; 34 (45): 3478-3490. 9. Stroes et al. EAS Consensus Paper. Statin-associated muscle symptoms: impact on statin therapy—European Atherosclerosis Society Consensus Panel Statement on Assessment, Aetiology and Management. *Eur Heart J* 2015; 36 (17): 1012-1022.

EU:n myöntämä terveysväite:

**HYVÄKSYTTY**

Kasvistanoliesterin on osoitettu alentavan veren kolesterolitasoa. Korkea kolesteroliarvo on sepelvaltimotaudin riskitekijä.

## Osa näyttöön pohjautuvaa hyperkolesterolemian ruokavaliohoitoa



- Benecol®-tuotepöerheen elintarvikkeet ja ravintolisä sisältävät kasvistanoliesteriä, joka alentaa tehokkaasti kolesterolia.
- Kasvistanoliesteri vähentää sekä ravinnon kolesterolin että sapen mukana ruoansulatuskanavaan tulevan kolesterolin imeytymistä ohutsuoleta elimistöön. Tämä johtaa LDL-kolesterolipitoisuuden pienenemiseen noin 10 %:lla.
- Kasvistanoliesterin kolesterolia alentava teho on osoitettu jo yli 70 kliinisessä tutkimuksessa ja sitä suositellaan lukuisissa kansainvälisissä ja kotimaisissa hoitosuosituksissa osaksi kohonneen kolesterolin hoitoa<sup>1-9</sup>.
- Kasvistanoliesteri alentaa kolesterolia tehokkaasti myös muiden ruokavaliomuutosten ja statiinilääkityksen rinnalla.

Lisätietoa kasvistanoliesteristä löydät osoitteesta [ammattilaiset.benecol.fi](http://ammattilaiset.benecol.fi).

**Benecol®**  
ALENTAA TEHOKKAASTI  
KOLESTEROLIA

Kansainvälisen lääketiedeyhteisön näkemys on oikea, vahvistavat Minna, Mika ja Aino.