

# Mistä kolesterolissa on todella kysymys?

**Petri Kovanen**  
**Timo Strandberg**  
**Maarit Huovinen**

## TOTUUS KOLESTEROLISTA

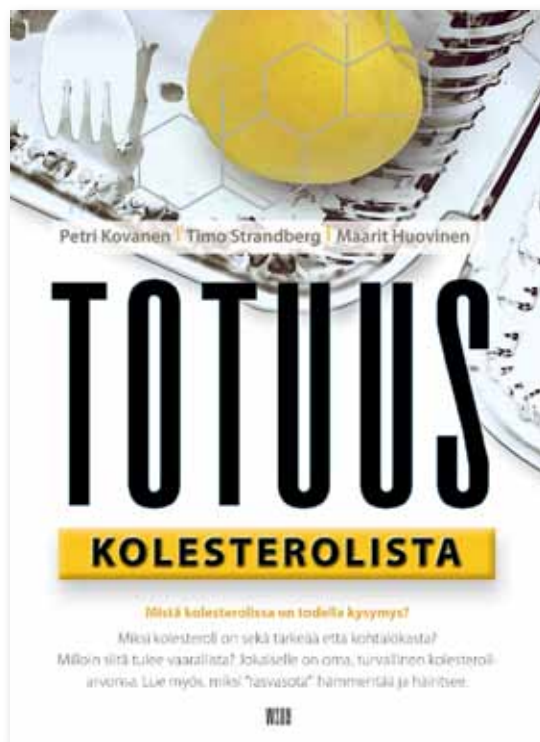
Miksi kolesteroli on sekä tärkeää että kohtalokasta? Milloin siitä tulee vaarallista? Jokaiselle on oma, turvallinen kolesteroliarvonsa. Lue myös, miksi "rasvasota" hämmentää ja häiritsee.

Totuus kolesterolista kertoo mm. minkälaisia haittoja korkea kolesteroli aiheuttaa ja mitä terveyshyötyjä pahan kolesterolin alentamisella saavutetaan – ja milloin tulisi aloittaa ruokavaliohoidon lisäksi myös lääkehoito. Noin 700 000 suomalaista käyttää kolesterolilääkkeitä, mutta kenelle lääkehoito on välttämätöntä ja kenelle riittäisi pelkkä elämäntaparemontti?

Aika ajoin villinäkin vellovaa kolesterolikeskustelua leimaavat paitsi tosiasiat myös tunteet ja pinttyneet uskomukset, sillä kolesteroli liittyy siihen, mitä suuhun pannaan. Voista ja kermasta keskusteltaessa syntyy erilaisia rintamalinjoja, mutta mihin vastakkaiset käsitykset perustuvat? Mikä on totuus?

Kirjassa asiantuntijat jakavat tietoa, vastaavat kysymyksiin ja avaavat väitteitä, jotta lukija saisi kokonaiskuvan tästä Nobel-palkitusta mutta kiistellystä aiheesta.

**Tämä kirja on kirjoitettu sitä varten,  
ettei kukaan voisi sanoa, ettei hän tiennyt!**



Professori **Petri Kovanen** on lääketieteen ja kirurgian tohtori, joka on tutkinut kolesterolin aineenvaihduntaa ja erikoistunut sisätauti-lääkäriksi. Hän johtaa Wihurin tutkimuslaitosta Helsingissä.

Geriatrian professori **Timo Strandberg** työskentelee Oulun yliopiston terveystieteen laitoksella ja yliopistollisessa sairaalassa. Hän on sisätautien ja geriatrian erikoislääkäri ja tutkinut kolesterolia eri näkökulmista.

**Maarit Huovinen** työskentelee lääketieteen toimittajana ja tietokirjailijana.

