

# Connaître votre taux de cholestérol peut vous aider à maintenir votre cœur en bonne santé.



Société  
cardiovasculaire  
du Canada

Le cholestérol est un type de gras dont votre corps a besoin pour fonctionner. Cependant, un excès de cholestérol dans le sang est mauvais pour le cœur et les vaisseaux sanguins. Le taux de cholestérol peut être vérifié à l'aide d'un simple test sanguin.

## Demandez à votre prestataire de soins de santé de vous faire passer un test sanguin de cholestérol.

- Si vous avez **plus de 40 ans**, vous devriez commencer à faire vérifier votre taux de cholestérol.
- Si vous avez **moins de 40 ans** et que vous présentez un risque accru d'hypercholestérolémie, vous pourriez avoir besoin de subir un test de cholestérol. Si, par exemple :
  - Vous présentez une affection telle que le diabète, une maladie rénale ou l'hypertension.
  - Vous avez un parent proche atteint d'hypercholestérolémie ou d'une maladie cardiaque ou présentant des antécédents d'accident vasculaire cérébral.
- Les adultes devraient subir **un test du taux de lipoprotéines(a) UNE FOIS** au cours de leur vie, de préférence avec leur premier test de cholestérol.

## Connaître son taux de cholestérol et savoir ce qu'il signifie pour sa santé.

- Les tests sanguins de cholestérol permettent de mesurer :
  - Le **cholestérol total (CT)** – c'est-à-dire, la quantité totale de cholestérol dans le sang.
  - Le **cholestérol à lipoprotéines de faible densité (C-LDL)** – souvent appelé « mauvais cholestérol » car il peut provoquer une accumulation de gras dans les vaisseaux sanguins.
  - Le **cholestérol à lipoprotéines de haute densité (C-HDL)** – souvent appelé « bon cholestérol » car il peut vous protéger d'une crise cardiaque ou d'un accident vasculaire cérébral.
  - Le **cholestérol non à lipoprotéines de haute densité (C-non-HDL)** – tout le cholestérol moins le C-HDL.
  - Les **triglycérides (TG)** – un type de gras qui circule dans le sang et peut augmenter le risque de maladie cardiaque et d'accident vasculaire cérébral.
- Un **test de lipoprotéine(a) ou Lp(a)** mesure une protéine dans votre sang qui transporte le cholestérol. La génétique contribue à déterminer le niveau de cette protéine.

Veillez consigner les résultats de votre test de cholestérol ici :

Date	CT	C-LDL	C-HDL	C-non-HDL	TG

Mon taux de **Lp(a)** en date du \_\_\_\_\_ était de \_\_\_\_\_.

## Discutez des résultats de votre test avec votre prestataire de soins de santé et prenez des mesures pour réduire votre taux de cholestérol s'il est élevé.

Votre prestataire de soins de santé pourra alors :

- Utiliser votre taux de cholestérol pour estimer votre risque de développer des problèmes cardiaques à l'avenir.
- Discuter avec vous des moyens de prévenir les maladies cardiaques et les accidents vasculaires cérébraux en modifiant votre mode de vie et en prenant des médicaments.

Cette ressource s'appuie sur les lignes directrices [2021 CCS Guidelines for the Management of Dyslipidemia for the Prevention of Cardiovascular Disease in Adults](#) disponibles en anglais seulement.

Le programme d'application des connaissances sur le dépistage des lipides de la SCC a été rendu possible grâce à une subvention sans restriction de Novartis Canada et Roche Canada.

Visitez le site **CCS.CA/FR**