



اصول راهنمای جدید بحث برانگیز برای اندازه‌گیری کلسترول کودکان

اصول راهنمای جدیدی که در آمریکا منتشر شده است توصیه می‌کند همه کودکان در سنین 9 تا 11 برای غربالگری برای کلسترول بالا باید دست کم یک بار مورد آزمایش قرار گیرند.

اصول راهنمای جدیدی که در آمریکا منتشر شده است توصیه می‌کند همه کودکان در سنین 9 تا 11 برای غربالگری برای کلسترول بالا باید دست کم یک بار مورد آزمایش قرار گیرند.

به گزارش لایوساینس این توصیه‌های جدید نه برای پیشگیری از بیماری قلبی در خود کودکان، که پدیده‌ای نادر است، بلکه بیشتری برای پیشگیری از بیماری قلبی در بزرگسالانی است که از دوران کودکی کلسترول خون‌شان بالا است.

دکتر استفن دانیلز، رئیس هیاتی که این اصول راهنمای جدید را نوشته است، می‌گوید: "هر چه بیشتر درباره بیماری قلبی و سکتة مغزی در بزرگسالان بیشتر تحقیق می‌کنیم، بیشتر درمی‌یابیم که این فرآیند در دوران کودکی آغاز می‌شود و در طول زمان پیشرفت می‌کند."

او افزود: "با کار کردن با خانواده‌ها می‌توانیم کودکان در وضعیتی حفظ کنیم که خطر بیماری قلبی در طول زندگی‌شان کاهش یابد و از مشکلات وخیم‌تر در دوران بزرگسالی جلوگیری شود."

این اصول راهنمای جدید که انستیتوی ملی قلب، ریه و خون آمریکا منتشر کرده است و آکادمی متخصصان اطفال آمریکا نیز آنرا تایید کرده است، با اصول راهنمای قلبی تفاوت دارد که توصیه می‌کرد غربالگری برای کلسترول خون تنها برای کودکانی انجام شود که سابقه خانوادگی بیماری قلبی یا کلسترول بالا دارند. البته برخی از کارشناسان با اینکه در حال حاضر چنین تغییر لازم است، موافق نیستند.

اما دانیل می‌گوید پژوهش‌های اخیر نشان داده‌اند که آزمایش‌های غربالگری میزان کلسترول خون بر اساس اصول راهنمای قلبی، قادر به کشف 30 تا 60 درصد کودکان دارای کلسترول بالا نیستند، و افزایش چاقی کودکان باعث شده است درصد بیشتری از کودکان کلسترول بالا داشته باشند.

آزمایشی که ممکن است منجر به درمان شود

برخی از کارشناسان با این توصیه برای آزمایش کلسترول همه کودکان مخالفند.

دکتر چاد تیترز، متخصص قلب در مرکز پزشکی دانشگاه روچستر، در این باره می‌گوید آزمایش میزان کلسترول در صورتی افراد دارای کلسترول بالا تحت درمان قرار نگیرند، ارزشی ندارد. و به گفته تیترز شاهدهی وجود ندارد که درمان کودکان با داروهای پایین‌آورنده کلسترول از پیشرفت بیماری قلبی جلوگیری می‌کند یا این سیر آن را کند می‌کند.

از طرف دیگر به گفته او دادن داروهایی به کودکان که ممکن است لازم باشد برای تمام عمر ادامه پیدا کند، اثرات جانبی زیانباری هم ممکن است ایجاد کند.

گرچه آزمایش غربالگری که تنها با یک نمونه‌گیری خونی انجام می‌شود، نسبتاً ارزان قیمت است، هزینه انجام این آزمایش در سطح یک کشور ممکن است بالا باشد.

کارگروه سرویس پیشگیری آمریکا نیز می‌گوید در حال حاضر شواهد کافی برای توصیه له یا علیه غربالگری کلسترول در کودکان و جوانان زیر 20 سال کافی نیست.

سبک زندگی و کلسترول خون

دانیلز می‌گوید توصیه ابتدایی برای اغلب کودکانی که کلسترول بالا دارند، تغییر رژیم غذایی و افزایش فعالیت جسمی است. تنها حدود یک درصد از این کودکان نیاز به درمان دارویی خواهند داشت.

اما تیترز می‌گوید اصول راهنما از قبل هم توصیه کرده بودند همه کودکان بین 30 تا 45 دقیقه در روز ورزش کنند و از غذاهای چرب و سرخ‌کرده دوری کنند.

به نظر تیترز بهترین کار برای سالم نگهداشتن قلب کودکان همین است؛ او می‌گوید: "انجام این آزمایش تغییری در توصیه من نخواهد داد."

این اصول راهنمای جدید توصیه می‌کند که غربالگری برای کلسترول خون قبل از بلوغ انجام شود، زیرا کودکان در حین بلوغ افزایشی در میزان کلسترول را تجربه می‌کنند. میزان‌های کلسترول خون در فاصله 9 تا 11 سالگی نسبتاً پایدار هستند.

این اصول راهنما همچنین تغذیه نوزادان با شیر مادر را توصیه می‌کند و از والدین می‌خواهد رژیم غذایی با میزان کم چربی اشباع‌شده را از یکسالگی برای کودکان شروع کنند تا از عوامل خطر ساز برای بیماری قلبی پیشگیری کند. کودکانی که اضافه وزن و دست کم دو عامل خطر ساز برای دیابت (مانند سابقه خانوادگی دیابت) باید از 10 سالگی به بعد هر دو سال یک بار مورد آزمایش قرار گیرند.