

Μαχη των κυττάρων Θ. ΑηιουηουΧος: Είαιυves. ένα ισχυρό εοναΧείο via ην υνεία

Media: TA NEA **Page:** 51-52 **Published at:** 26-03-2026
Author: **Surface:** 311.42 cm² **Circulation:** 10340
Subjects:



ΜΑΧΗ ΤΩΝ ΚΥΤΤΑΡΩΝ Θ. Δηιόηουλος: Σταίινες, ένα ισχυρό ερναλείο via ην υνεία **ΣΕΛ. 52**

Στατίνες: ένα ισχυρό εργαλείο για την υγεία

Οι στατίνες αποτελούν μια από τις πιο αποτελεσματικές και ασφαλείς κατηγορίες φαρμάκων για τη μείωση των καρδιαγγειακών νοσημάτων. Δρουν αναστέλλοντας το ένζυμο HMG-CoA αναγωγάση στο ήπαρ, μειώνοντας έτσι την παραγωγή της LDL χοληστερόλης, γνωστής και ως «κακής» χοληστερόλης. Η μείωση της LDL συνδέεται άμεσα με σημαντική μείωση της αθηροσκλήρωσης, των εμφραγμάτων και των αγγειακών εγκεφαλικών επεισοδίων. Διεθνείς σημαντικές μελέτες, όπως η JUPITER, έχουν δείξει ότι οι στατίνες μειώνουν έως και 30%-40% τον κίνδυνο σοβαρών καρδιαγγειακών επεισοδίων, ακόμα και σε άτομα με μέτριο καρδιαγγειακό κίνδυνο.

Επιπλέον της μείωσης της χοληστερόλης, οι στατίνες έχουν σημαντικά «εκτός χοληστερόλης» οφέλη: σταθεροποιούν τις αθηρωματικές πλάκες, μειώνουν τη φλεγμονή στα αγγεία και βελτιώνουν τη λειτουργία του ενδοθηλίου. Αυτές οι δράσεις ενισχύουν την προστασία της καρδιάς και των αγγείων, συμβάλλοντας στη

συνολική μείωση της θνησιμότητας από καρδιαγγειακά νοσήματα.

Όπως κάθε φάρμακο, οι στατίνες έχουν και κάποιες πιθανές ανεπιθύμητες ενέργειες. Οι πιο συχνές είναι ήπιες μυϊκές ενόχλησεις και ελαφρά αύξηση ηπατικών ενζύμων. Σε κάποιες περιπτώσεις, αναφέρεται αυξη-



μένος κίνδυνος εμφάνισης διαβήτη τύπου 2. Ωστόσο, οι μελέτες δείχνουν ότι η αύξηση του διαβήτη είναι μικρή και συνήθως εμφανίζεται σε άτομα που ήδη έχουν προδιαθετικούς παράγοντες. Ταυτόχρονα, τα καρδιοπροστατευτικά οφέλη των στατινών υπερβαίνουν κατά πολύ τον σχετικά μικρό κίνδυνο εμφάνισης διαβήτη. Δηλαδή, η προστασία από έμφραγμα και εγκεφαλικό παραμένει πολύ πιο σημαντική από οποιονδήποτε πιθανό μεταβολικό κίνδυνο.

Είναι σημαντικό να σημειωθεί ότι οι ανεπιθύμητες ενέργειες μπορούν συχνά να αντιμετωπιστούν με προσαρμογή της δόσης ή αλλαγή της στατίνης. Η τακτική παρακολούθηση από τον γιατρό εξασφαλίζει τη μέγιστη αποτελεσματικότητα με τον ελάχιστο κίνδυνο. Συνολικά, οι στατίνες παραμένουν φάρμακα πρώτης επιλογής για την πρόληψη των καρδιαγγειακών νοσημάτων. Τα οφέλη τους, τόσο στη μείωση θνησιμότητας όσο και στη βελτίωση της ποιότητας ζωής, υπερτερούν σαφώς των κινδύνων.

Συνεπώς, οι ασθενείς δεν πρέπει να φοβούνται τη χρήση στατινών. Με σωστή ιατρική παρακολούθηση, οι στατίνες αποτελούν ένα ισχυρό εργαλείο για τη διατήρηση της καρδιαγγειακής υγείας, τη μείωση των εμφραγμάτων και των εγκεφαλικών, ακόμα και αν υπάρχει μικρός κίνδυνος εμφάνισης διαβήτη. Τα επιστημονικά δεδομένα δείχνουν ξεκάθαρα ότι τα θετικά υπερτερούν κατά πολύ των πιθανών αρνητικών.

Ο Θάνος Δημόπουλος είναι καθηγητής Θεραπευτικής Αιματολογίας - Ογκολογίας, τ. πρύτανης του ΕΚΠΑ