Prolite – Ternyata Kadar Kolesterol Normal Perempuan Beda dengan Laki-laki, Yuk Intip Perbedaanya!

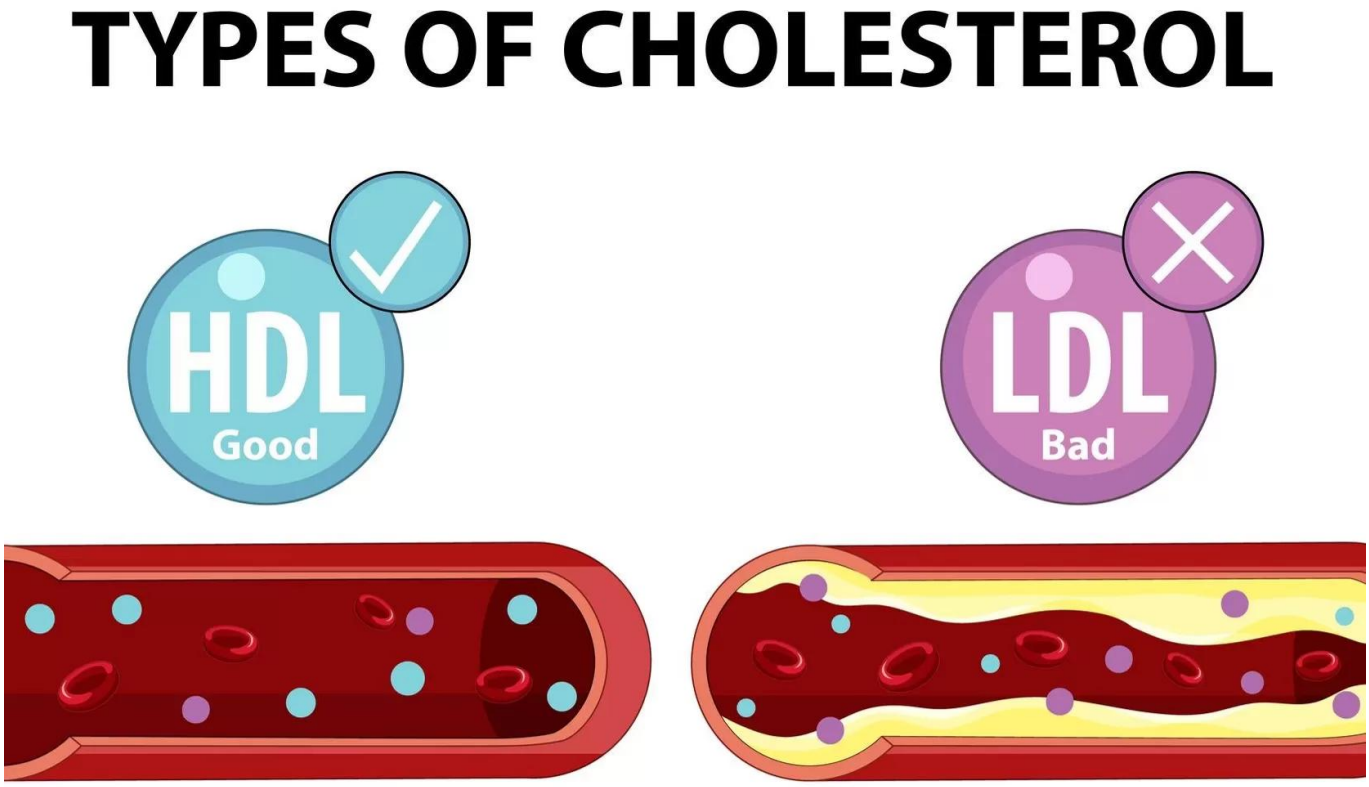
Hai hai! Gimana nih hari pertama dan kedua Lebaran kalian? Udah berapa kali makan opor, rendang, sambal goreng ati, dan makanan enak lainnya? Biasanya, cewek-cewek suka kalap deh kalau udah ketemu hidangan spesial kayak gini, sampai-sampai lupa kalau makanan berlemak bisa banget bikin kolesterol naik!

Nah, ngomong-ngomong soal kolesterol, kalian tahu nggak sih kalau kadar kolesterol dalam tubuh perempuan ternyata beda sama laki-laki? Yup, ada banyak faktor yang bikin kadar kolesterol perempuan unik, salah satunya hormon estrogen yang memengaruhi metabolisme lemak dalam tubuh.

Yuk, kita bahas lebih dalam tentang kolesterol pada perempuan. Mulai dari jenis kolesterol, pengaruh hormon, sampai kadar kolesterol normal yang ideal. Baca terus ya!

Baca Juga:Wajib Imunisasi Lengkap Cegah Tertular 6 Jenis Penyakit

Mengenal Kolesterol: Si Baik dan Si Jahat

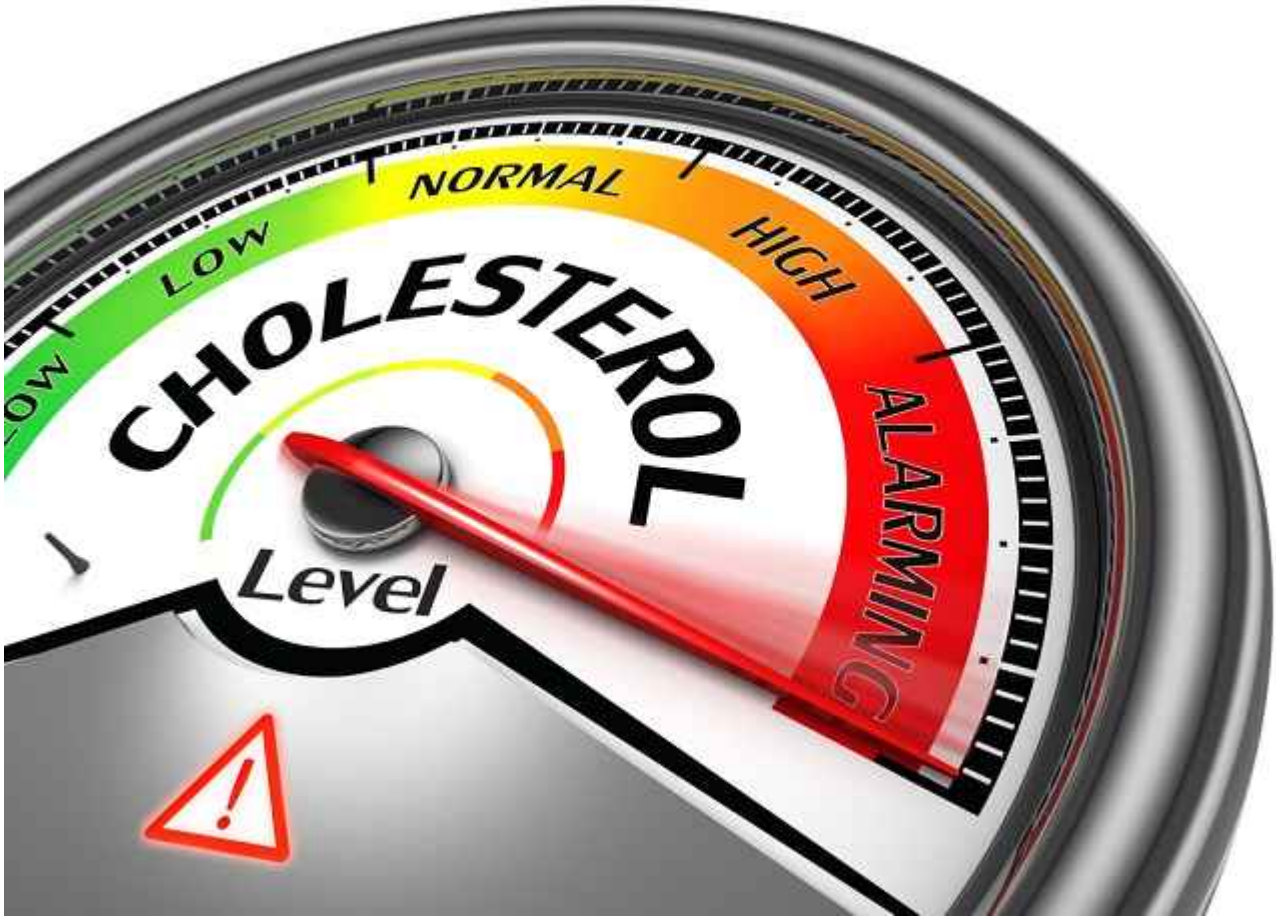


Kolesterol itu sebenarnya lemak yang ada dalam darah dan sel-sel tubuh kita. Ada dua jenis kolesterol yang paling terkenal:

1. HDL (High-Density Lipoprotein): Kolesterol baik yang bantu buang kolesterol jahat dari pembuluh darah ke hati buat dihancurin. Semakin tinggi HDL, semakin baik buat tubuh.
2. LDL (Low-Density Lipoprotein): Kolesterol jahat yang kalau kebanyakan, bisa nempel di dinding arteri dan bikin aliran darah tersumbat. Ini nih penyebab utama penyakit jantung dan stroke.

Kenapa Kadar Kolesterol Perempuan Berbeda dengan Laki-laki?

Ternyata Kadar Kolesterol Normal Perempuan Beda dengan Laki-laki, Yuk Intip Perbedaanya!



Baca Juga:Sering Menolak Pujian dan Merasa Tak Pantas Berhasil? Bisa Jadi Ini Alasannya

Ternyata Kadar Kolesterol Normal Perempuan Beda dengan Laki-laki, Yuk Intip Perbedaanya!



Baca Selanjutnya
Rayakan Liburan Waktunya Indonesia Lebaran dengan Beda di de Braga by AROTEL