

胆固醇及三酯甘油的標準度數

Cholesterol and Triglyceride Guidelines

总胆固醇	
200 mg/dL 以下	理想
200 - 239 mg/dL	偏高
240 mg/dL 以上	过高

高密度/好胆固醇 (HDL) - (越高越好)	
40 mg/dL 以上(男性)	理想
50 mg/dL 以上(女性)	理想
60 mg/dL 或以上	被认为可以预防心脏病

低密度/坏胆固醇 (LDL) - (越低越好)	
100 mg/dL 以下	理想
100 - 129 mg/dL	近乎理想
130 - 159 mg/dL	偏高
160 - 189 mg/dL	过高
190 mg/dL 以上	非常高

- ❖ 心脏病患者，糖尿病患者以及其他具有高危险因素的人仕，如抽烟者，肥胖者，应将低密度胆固醇维持在 70 mg/dL 以下。

三酯甘油	
150 mg/dL 以下	正常
150 - 199 mg/dL	偏高
200 - 499 mg/dL	过高
500 mg/dL 以上	非常高

资料来源: National Cholesterol Education Program, 2004
American Heart Association "What Your Cholesterol Levels Mean"