
Subject: Mythos Cholesterin
Posted by [glockenspiel](#) on Tue, 26 Feb 2008 09:54:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

<http://www.optipage.de/cholesterin.html>

Subject: Re: Mythos Cholesterin
Posted by [glockenspiel](#) on Tue, 01 Apr 2008 09:25:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

<http://derstandard.at/?id=3284299>

Subject: Re: Mythos Cholesterin
Posted by [bananas](#) on Tue, 01 Apr 2008 13:42:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich senke gerade meinen Wert von täglich ca. 450 auf 200 - halbiere also den Wert.
Falls das in 6 Monaten nichts bringen sollte, lese ich die Links nochmal.

Wenn man bedenkt, das ein Eieromelett mit 4 Eiern und einer Scheibe Käse überbacken schonmal gut 1100 Cholesterin hat, ist es theoretisch rein logisch, dass der Wert auch beim Blutbild so hoch ist.

Subject: Re: Mythos Cholesterin
Posted by [pilos](#) on Tue, 01 Apr 2008 13:49:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

bananas schrieb am Die, 01 April 2008 15:42

Wenn man bedenkt, das ein Eieromelett mit 4 Eiern und einer Scheibe Käse überbacken schonmal gut 1100 Cholesterin hat, ist es theoretisch rein logisch, dass der Wert auch beim Blutbild so hoch ist.

das sind blanke zahlen.....

was im verdauungstrakt ist...ist nicht automatisch im blut...

jeder mensch produziert täglich 2 gramm ob man will oder nicht...wenn von aussen etwas kommt...wird eben weniger produziert..

du kannst dein cholesterin auf 0 fahren..deine leber produziert trotzdem mindestens 2000 mg am tag....

Subject: Re: Mythos Cholesterin
Posted by [bananas](#) on Tue, 01 Apr 2008 14:30:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bin mal gespannt.

In eine paar Monaten weiss ich mehr.

Subject: Re: Mythos Cholesterin
Posted by [atila](#) on Wed, 02 Apr 2008 01:22:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich habe letztens einen Artikel über eine Studie gelesen in der es hiess , dass Nahrungcholesterin den körpereigenen Cholesterinwert nicht beeinflusst Ok die Wissenschaftler widersprechen sich ständig und zu beinahe jeder Studie gibt es eine Gegenstudie, aber ich habe mich selbst lange mit der ketogenen Ernährung (Ätkins)befasst, in der ja quasi nur Fette und Eiweisse zu sich genommen werden. Die Leute einschliesslich mir müssten ja horrende Cholesterinwerte haben. Aber ich habe bis jetzt noch keinen einzigen Blutbildbefund gesehen, bei dem das so war.Die meisten haben sogar sehr gute Cholesterinwerte.

Subject: Re: Mythos Cholesterin
Posted by [bananas](#) on Wed, 02 Apr 2008 15:52:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das mit Atkins habe ich auch gelesen. Jedoch gibt es auch Berichte (einer lief glaube ich im Stern TV) dass nach nur 2 Monaten der Cholesterinwert bei dem Tester verdoppelt war.

Subject: Re: Mythos Cholesterin
Posted by [atila](#) on Wed, 02 Apr 2008 23:47:19 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja kann mir vorstellen das es bei einigen nicht so gut funktioniert .Mein eigenes blutbild war jedenfalls sehr gut und das eines guten kollegen auch.Bei ihm war zwar gesamtcholesterin erhöht,was bei ihm so wie er sagt veranlagung ist , aber dafür das verhältnis von HDL und LDL stark verbessert.

Subject: Re: Mythos Cholesterin
Posted by [bananas](#) on Thu, 03 Apr 2008 17:36:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Mal von Atkins abgesehen - wenn man mal sucht nach Cholesterin senken, kommen zig Seiten von wegen tierische Fette reduzieren = Cholesterin wird gesenkt.

Kann doch nicht alles falsch sein.
Aber wie gesagt, beim nächsten Test weiss ich mehr.

Subject: Re: Mythos Cholesterin
Posted by [der papa](#) on Tue, 29 Apr 2008 17:58:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

bei cholesterin sollte man nicht nur den gesamtcholesterinwert beachten sondern auch auf hdl und ldl cholesterin werte und das verhältnis dieser.generell gilt je höher hdl und je niedriger ldl desto besser.
