



與醫師共同討論以下問題

本列表為有關膽固醇的常見問題，將能幫助您與醫師討論檢測結果、風險因子和生活習慣改變 (包括用藥)。

請在下次訪診時攜帶本表，並利用空白處寫下醫師的意見。

問題	意見
• 我的膽固醇含量代表什麼意義？	
• 我是否有膽固醇目標？	
• 需要多久才能達到較健康的膽固醇含量？	
• 我應該多久進行一次膽固醇含量檢測？	
• 您認為我的膽固醇含量是由生活習慣還是遺傳所引起，或是兩者的綜合？	
• 我的生活習慣選擇會如何影響膽固醇含量？	
• 由於我的膽固醇含量，有沒有其他風險因子是我需要注意或控制的呢？	
• 我應該攝取或避免哪種類型的食物？	
• 我是否需要減重，若有需要，應減重多少？	
• 我未來是否需要降膽固醇的藥物？	
• 有沒有可用的資源能幫助我做出生活習慣上的改變？	
• 下次應在何時返診？	