

19.11.2013IM

## Infoblatt Cholesterin

Liebe Patienten,

erhöhtes Cholesterin erhöht das Risiko von Gefäßerkrankungen.

Mit geeigneter Ernährung können Sie die Cholesterinwerte günstig beeinflussen. Cholesterin ist insbesondere in Eigelb enthalten.

Sie sollten zwischen

1 Eigelb **täglich** und  
1 Eigelb **pro Woche**

zu sich nehmen.

Beachten Sie bitte, dass Eigelb in

- 
- Ganzen Eier
  - Panade
  - Frischeinudeln
  - Kuchen
  - Hackbraten
  - usw.

enthalten ist.

Viel Erfolg

Dr. Bauer

