

The Cholesterol Myths by Uffe Ravnskov, MD, PhD**About myself**

Born 1934 in Copenhagen, Denmark.

Graduated 1961 from the University of Copenhagen with an MD.

1961-1967 various appointments at surgical, roentgenological, neurological, pediatric and medical departments in Denmark and Sweden.

1968-79 various appointments at the Department of Nephrology, and the Department of Clinical Chemistry, University Hospital, Lund, Sweden; 1975-79 as an assistant professor at the Department of Nephrology.

1973 PhD at the University of Lund. A specialist in internal medicine and nephrology.

1979-2000 a private practitioner. Since 1979 an independent researcher.

Honoured by the Skrabanek Award 1999 given by Trinity College of Dublin, Ireland for original contributions in the field of medical scepticism.

Honoured by the 2007 [Leo-Huss-Walin Prize](#) for Independent Thinking in Natural Sciences and Medicine.

Member of [International Science Oversight Board](#)

Member of the editorial board of [Cholesterol](#)

Member of the editorial board of [Journal of Lipids](#)

Director of [THINCS](#), The International Network of Cholesterol Sceptics

I have been exposed to spoofing meaning that somebody is able to send rude emails with my name as sender. If you have received [such a letter](#), please [inform me](#) and please forward the mail to me.



[E-mail](#)

A selection of my [newsletters](#).

If you want to receive my newsletters, click [here](#)

On [Wikipedia](#)

[Articles and books published in English about cholesterol and the diet-heart idea](#)

[Articles and books published in the Scandinavian languages and in German about cholesterol and the diet-heart idea](#)

[Newspaper articles about cholesterol and the diet-heart idea](#)

Talk given in Sydney 2006 ([Audio](#))

[A selection of other publications](#)

Talk given in Copenhagen 2010 ([Youtube](#) eight parts in Danish)

Does High Cholesterol REALLY Cause Heart Disease?

[Interview](#) May 2011; OneRadioNetwork

Reviews of my first book The Cholesterol Myths:

[John Brignell](#), PhD, Professor

[Stephen Byrnes](#), PhD, ND, RNCP

[Michael Gurr](#), PhD, Professor

[Joel Kauffman](#), Research Professor

[Ira Pilgrim](#), PhD

[Ray Rosenman](#), MD

[Clara Felix](#)

[Cuttings from amazon and Barnes & Nobles reviews](#)

A new book of mine entitled "[Ignore The Awkward! How the Cholesterol Myths Are Kept Alive](#)" has been published, both as a paper back and in a [Kindle version](#). [Swedish](#) and [Danish](#) editions of that book are available also. [A review](#).

My aim with this book has been to show how white has been turned into black by ignoring any conflicting observations; by twisting and exaggerating trivial findings; by citing studies with opposing results in a way to make them look supportive; and by ignoring or scorning the work of critical scientists.

Those who have not read my previous books possibly may not quite understand the width of these misleading processes. I have therefore included some of the most obvious contradictions to the cholesterol hypothesis, shortened and simplified.

The last chapter is about [my own hypothesis](#)

The Cholesterol Myths is out of print. A new, updated and shorter version, "Fat and Cholesterol are GOOD for You!" is available from [amazon](#)

[Review](#) of Fat and Cholesterol Are Good for You

A German edition "Mythos Cholesterin" is available from [Hirzel Verlag](#).

A Finnish edition, "Kolesterolimyytti" is available from [adlibris.com](#).

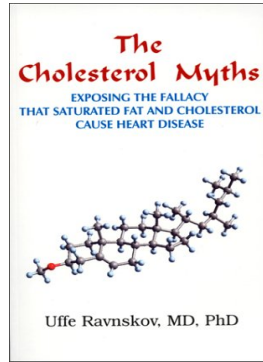
A Danish edition, "Kolesterol - myter og realiteter" is available from [Hovedland](#)

A Swedish edition, "Fett och kolesterol är hälsosamt!" is available from [Optimal](#)

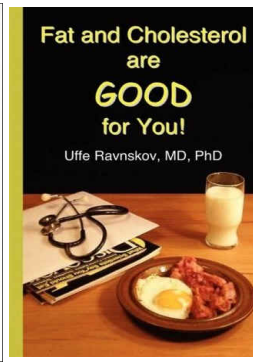
A Polish edition, "Naukome Klamstwo" is [available](#) as well

A Dutch edition is available early next year

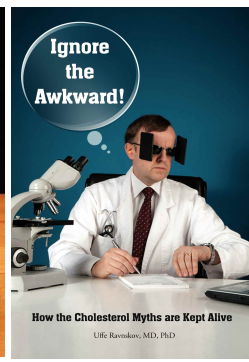
My books
Mijn boeken
Mina böcker
Mine bøger
Meine Bücher
Moje książki
Kirjoissani



2000, 2002
 Out of print



2009
 A simplified and updated version of The Cholesterol Myths



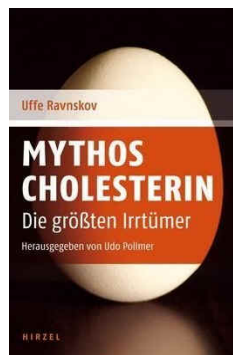
2010
 Available also in a kindle version



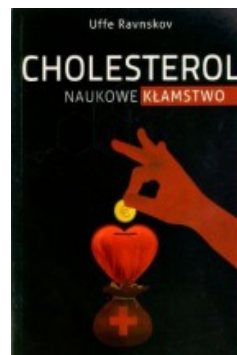
2011
 Een combinatie van de twee Engels boeken



2006
 Suomalainen versio ja The Cholesterol Myths



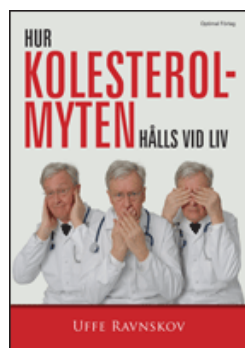
2008
 Eine vereinfachte und aktualisierte Variante von The Cholesterol Myths



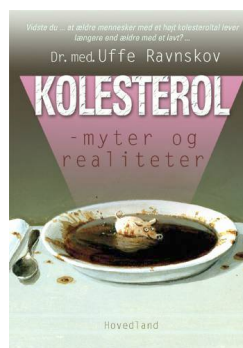
2009
 Polska Wersja The Cholesterol Myths



2008
 En förenklad och uppdaterad version av The Cholesterol Myths



2010



08
 En forenklet og opdateret version af The Cholesterol Myths



2010

My first books in Swedish and Finnish are out of print

Papers and books published in English about cardiovascular issues:
 (Most papers are readable. Just click on the title)

1. Ravnskov U. Aneurysm of the heart and the post-myocardial-infarction syndrome. Acta Med Scand 1968;183:393-5.
2. Ravnskov U. Fluctuating pericardial effusion. N Engl J Med 1969;281:854

3. Ravnskov U. Lowering cholesterol concentrations and mortality. *BMJ* 1990;301: 814.
4. Ravnskov U. An elevated serum cholesterol is secondary, not causal, in coronary heart disease. *Medical Hypotheses* 1991;36:238-41.
5. Ravnskov U. Atherogenicity and thrombogenicity indices. *Lancet* 338, 1328, 1991.
6. Ravnskov U. [Cholesterol lowering trials in coronary heart disease: frequency of citation and outcome](#). *BMJ* 1992;305: 15-19. Letters: *BMJ* 1992;305:420-422, and 717.
7. Ravnskov U. The fragile links of the diet-heart chain. *Nutrition Quarterly* 1992;16:19-21.
8. Ravnskov U. [Cardiovascular disease in developing countries](#). *BMJ* 1993;306:145-6.
9. Ravnskov U. Dietary fats and blood lipids as cardiovascular risk factors in the general population. A critical overview. Proceedings of the I. World Congress of Dairy Products in Human Health and Nutrition. Madrid 1993. Rotterdam: Balkema 1994, p 361-369.
10. Ravnskov U. [Reducing serum cholesterol. Lower cholesterol of doubtful benefit to anyone](#). *BMJ* 1993;307:125.
11. Ravnskov U. [Coronary atherosclerosis on angiography-progress or regress and why?](#) *Circulation* 1993;88:1358-9.
12. Ravnskov U. Hypercholesterolemia does not cause coronary heart disease - evidence from the nephrotic syndrome. *Nephron* 1994;66:356-7.
13. Ravnskov U. [Ischaemic heart disease and cholesterol. Optimism about drug treatment is unjustified](#). *BMJ* 1994;308:1038.
14. Ravnskov U. Is there a cause-effect relationship between high blood cholesterol and atherosclerosis? Workshop on cholesterol-lowering trials. National Heart, Lung and Blood Institute, Bethesda 1994.
15. Ravnskov U. What do angiographic changes after cholesterol lowering mean? *Lancet* 1994;344:1297.
16. Ravnskov U. Is intake of trans-fatty acids and saturated fat causal in coronary heart disease? *Circulation* 1994;90:2568-9.
17. Ravnskov U. [Doing the right thing: stop worrying about cholesterol](#). *Circulation* 1994;90:2572-3.
18. Ravnskov U. [Quotation bias in reviews of the diet-heart idea](#). *J Clin Epidemiol* 1995;48:713-719.
19. Ravnskov U. Implications of 4S evidence on baseline lipid levels. *Lancet* 1995;346:181.
20. Ravnskov U. [Beneficial effects of simvastatin may be due to non-lipid actions](#). *BMJ* 1995;311:1436-1437.
21. Ravnskov U. [The American College of Physicians guidelines on cholesterol screening](#). *Ann Intern Med* 1996; 125:1010-1011.
22. Ravnskov U. [The questionable role of saturated and polyunsaturated fatty acids in cardiovascular disease](#). *J Clin Epidemiol* 1998;51:443-460. Read also a dissent to the paper: Golomb BA. Dietary fats and heart disease-dogma challenged? and my answer; same journal and same issue. This paper won the Skrabanek award 1999
23. Ravnskov U. [Why heart disease mortality is low in France. Author's hypothesis is wrong](#). *BMJ* 1999;319:255
24. Ravnskov U. VAT and fat. Evidence is contradictory. *BMJ* 2000;320:1470
25. Ravnskov U. [Prevention of atherosclerosis in children](#). *Lancet* 2000;355:69.
26. Ravnskov U. *The Cholesterol Myths*. Washington: [New Trends Publishing](#), 2000; ISBN 0-9670897-0-0
27. Ravnskov U. Cholesterol and all-cause mortality in Honolulu. *Lancet* 2001; 358: 1907.
28. Ravnskov U. [Diet-heart disease hypothesis is wishful thinking](#). *BMJ* 2002; 324: 238
29. Ravnskov U, Allan C, Atrens D, Enig MG, Groves B, Kaufman J, Kroneld R, Rosch PJ, Rosenman R, Werkö L, Nielsen JV, Wilske J, Worm N. [Studies of dietary fat and heart disease](#). *Science* 2002; 295: 1464-5.
30. Ravnskov U. [Statins as the new Aspirin. Conclusions from the heart protection study were premature](#). *BMJ* 2002;324:789.
31. Ravnskov U. Is atherosclerosis caused by high cholesterol? *QJM* 2002; 95: 397-403. This paper was also selected for publication in the third issue of South African Excerpts Edition of the *QJM* 2002. Read also the reasons why three other journals rejected the paper
32. Ravnskov U. [A hypothesis out-of-date: The diet-heart idea](#). *J Clin Epidemiol*, 2002 Nov;55(11):1057-63. Same issue: [Dissent by W.S.Weintraub](#), and [Reply by U. Ravnskov](#) An evaluation of our discussion is [available](#)
33. Ravnskov U. ASCOTT-LLA: Questions about the benefits of atorvastatin. *Lancet* 2003;361:1986.
34. Ravnskov U. Lipoproteins and cardiovascular risk. *Lancet* 2003;361:1988-1989.
35. Ravnskov U. The retreat of the diet-heart hypothesis. *J Amer Phys Surg*. 2003;8:no 3, 94-95
36. Ravnskov U. High cholesterol may protect against infections and atherosclerosis. *QJM* 2003;96:927-34
37. Ravnskov U. [Dietary fat intake and risk of stroke. Allegations about dietary fat are unfounded](#). *BMJ* 2003; 327:1348
38. Ravnskov U. [Inflammation, Cholesterol Levels, and Risk of Mortality Among Patients Receiving Dialysis](#). *JAMA* 2004;291:1833-1834.
39. Ravnskov U, Sutter MC. [Aggressive lipid-lowering therapy and regression of coronary atheroma](#). *JAMA*. 2004;292:38
40. Ravnskov U, Rosch P, Sutter MC. [Intensive lipid-lowering with atorvastatin in coronary disease](#). *N Engl J Med* 2005;353:94.
41. Ravnskov U. [Dietary fat is not the villain](#). *BMJ* 2005;331:906-7.
42. Ravnskov U, Rosch PJ, Sutter MC, Houston MC. [Should we lower cholesterol as much as possible?](#) *BMJ* 2006;332:1330-1332.
43. Ravnskov U, Rosch PJ, Sutter MC. [High-Dose Statins and the IDEAL Study](#). *JAMA* 2006;295:2476. In their response the authors did not give us the requested information.
44. Ravnskov U. [Saturated fat does not affect blood cholesterol](#) *Am J Clin Nutr* 2006;84:1550-51. Read also Martijn B Katans response as well as a discussion about our correspondence by Michael R Eades and others.
45. Ravnskov U. [Lack of Evidence for Recommended Low-Density Lipoprotein Cholesterol Treatment Targets](#). *Ann Intern Med* 2007;146:614.
46. Ravnskov U. Cholesterol lowering and mortality: A sea of contradictions. *Nutr Metab Cardiovasc Dis*. 2007;17:e25-7
47. Accurso A et al. [Dietary carbohydrate restriction in type 2 diabetes mellitus and metabolic syndrome: time for a critical appraisal](#). *Nutr Metabol* 2008, 5:9
48. Ravnskov U. [Re: The Association Between Statins and Cancer Incidence in a Veterans Population](#). *J Ntl Cancer Inst* 2008; doi: 10.1093/jnci/djn160
49. Ravnskov U. [Should medical science ignore the past?](#) *BMJ* 2008;337:a1681
50. Ravnskov U. [The fallacies of the lipid hypothesis](#). *Scand Cardiovasc J* 2008;42:236-239
51. Ravnskov U, McCully KM. [Vulnerable plaque formation from obstruction of vasa vasorum by homocysteinylated and oxidized lipoprotein aggregates complexed with microbial remnants and LDL autoantibodies](#). *Ann Clin Lab Sci* 2009;39:3-16
52. Ravnskov U. [Fat and Cholesterol are GOOD for You](#). GB Publishing 2009.
53. Ravnskov U. [Cholesterol was healthy in the end](#). *World Rev Nutr Diet* 2009;100:90-109.54
54. Ravnskov U. [Is saturated fat bad](#) In: Modern Dietary fat intakes in disease promotion. *Nutr Health* 2010, part 2, p 109-119
55. Ravnskov U. [Ignore the Awkward! How the Cholesterol Myths Are Kept Alive](#). Createspace 2010
56. Ravnskov U. [The doubtful association between blood lipid changes and progression of atherosclerosis](#). *Int J Cardiol* 2011;153:95
57. Ravnskov U. [Questionable long-term benefits in the UK ASCOT-LLA trial](#) *Eur Heart J* 2011
58. Ravnskov U, Rosch PJ, McCully KS. [The statin-low cholesterol-cancer conundrum](#). *QJM* doi:10.1093/qjmed/hcr243
59. Ravnskov U, McCully KS. [Infections may be causal in the pathogenesis of atherosclerosis](#). *Am J Med Sci* 2012 (Epub ahead of print)

60. Ravnskov U, Diamond J, Karatay MC, Miller DW, Okuyama H. [No scientific support for linking dietary saturated fat to CHD](#). Br J Nutr 2012;107:455-457.
61. Ravnskov U. More discrepancies around saturated fat and cardiovascular diseases. Nutrition 2012;28:713.

On the web only

1. Ravnskov U. [Questionable effects of cholesterol lowering by dietary change](#) BMJ 15. april 1999
2. Ravnskov U. [A stillborn hypothesis](#) BMJ 4. jun 1999
3. Ravnskov U. [Fiscal prevention of ischaemic heart disease should be based on facts](#) BMJ 4. feb 2000
4. Ravnskov U. [Plant sterols: unproved effects on health](#) 13. April 2000
5. Ravnskov U. [Fat myths and cardiovascular disease](#). BMJ. 30 Mar 2001
6. Ravnskov U. [Evidence that a high cholesterol does not cause atherosclerosis](#) BMJ. 28 Apr 2001
7. Ravnskov U. [New guidelines for converting healthy people into patients](#) BMJ. 28 May 2001
8. Ravnskov U. [The side effects from the cholesterol lowering drugs may offset their benefit](#). BMJ. 19 Aug 2001
9. Ravnskov U. [The diet-heart idea: wishful thinking, impossible to refute](#). BMJ. 28 Oct 2001
10. Ravnskov U. [Premature conclusions from the Heart Protection Study](#). BMJ. 16 Nov 2001
11. Ravnskov U. [Non-dietary factors explain the lower cholesterol concentration associated with frequent eating](#) BMJ. 16 Jan 2002
12. Ravnskov U. [How to mislead in preventive medicine](#). BMJ. 4 Feb 2002
13. Ravnskov U. [Hypercholesterolaemia - the superior winner](#) BMJ 16. feb 2002
14. Ravnskov U. [Chance of surviving with and without treatment](#) 2002 BMJ 17 Jun 2002
15. Ravnskov U. [Association does not prove causation and is not the same as a dose-response relation](#). BMJ 15 Jul 2002
16. Ravnskov U. [Statins And Cancer: Cause For Concern](#) BMJ. 21 Oct 2002
17. Ravnskov U. [Questionable benefit from poly pill treatment](#). BMJ. 13 Jul 2003
18. Ravnskov U. [Teleoanalysis - a misleading term](#) BMJ. 15 Sept 2003
19. Ravnskov U. [Unfounded allegations about dietary fat](#) ,BMJ. 5 Oct 2003
20. Ravnskov U. [Serum cholesterol - a surrogate outcome](#) BMJ. 6 Oct 2003
21. Ravnskov U. [The diet-heart idea is kept alive by selective citation](#) BMJ. 8 Dec 2003
22. Ravnskov U. [Missing figures from the INTERHEART study](#) BMJ. 14 Oct 2004
23. Ravnskov U. [Dietary fat is not the villain](#) BMJ. 26 Jul 2005
24. Ravnskov U. [Unsupported guidelines](#) BMJ 9 sep 2006
25. Ravnskov U. [Lowest possible statin dose better than a low LDL cholesterol](#). Ann Intern Med 17. Oct 2006
26. Ravnskov U. [Further evidence that higher statin doses are ineffective](#) BMJ 19. Oct 2006
27. Ravnskov U. [Beware of the carbs!](#) BMJ 8. Dec 2006
28. Ravnskov U. [Should women be offered statin treatment? Certainly not!](#) BMJ 11. may 2007
29. Ravnskov U. [Should medical science ignore the past?](#) BMJ 7.sept. 2008
30. Ravnskov U. [The benefits of familial hypercholesterolaemia](#) BMJ Oct 4, 2008
31. Ravnskov U., Kendrick M, Rosch PJ. [Is statin treatment effective in familial hypercholesterolaemia?](#) BMJ Nov 24, 2008
32. Ravnskov U. [The risks of statins are underestimated](#). BMJ 4. juli 2009
33. Ravnskov U, Schersten T, Sundberg R. [Doubtful effect of cholesterol lowering](#) BMJ 30. Sep 2009
34. Ravnskov U, McCully KS. [Infections, lipoproteins and homocysteine in vascular disease](#) 20. oct 2010
35. Ravnskov U, McCully KS. [Inflammation, infection and cardiovascular disease](#) 1. Mar 2011
36. Ravnskov U. [Saturated fat is good for you!](#) Spacedoc.net
37. Ravnskov U, McCully KS, Rosch PJ. [Statins, Cholesterol Levels, and the Risk of Infection](#) BMJ 8 Dec.2011

Papers and books in other languages about cardiovascular issues

1. Ravnskov U. [Är fleromättat fett nyttigt?](#) Läkartidningen 1991;88:1058
2. Ravnskov U. [Kolesterolmyten \(The Cholesterol Myth\)](#). Stockholm : Streifferts, 1991; ISBN 91-7886-085-7.
3. Ravnskov U. [Kolesteroli](#). Helsinki : Art House, 1992 (Finnish translation of Kolesterolmyten); ISBN 951-884-078-4.
4. Ravnskov U. [Kolesterolmyten](#). Månedsskrift for praktisk Lægegerning 1991;70:131-138
5. Ravnskov U. [Hvad er det rigtige svar i kolesteroldebatten?](#) Ugeskrift for Læger 1992;154:1716
6. Ravnskov U. [Kolesterol och hälsa: En titt under mattan](#). Livsmedelsteknik 1992;4:7-8.
7. Ravnskov U. [Tveksamheter om kolesterol](#). Suomen Lääkarilehti 1993;48:1063-1064.
8. Ravnskov U. [Flera tveksamheter om kolesterol](#). Suomen Lääkarilehti 1993;48:1716-1717.
9. Ravnskov U. [Tvivlsomme råd om kolesterolscreening hos børn](#). Ugeskrift for Læger 1993;155:1886-1887.
10. Ravnskov U. [Nya tongångar från USA. Kolesterolkampanjen ifrågasätts](#). Läkartidningen 1993;90:2528-2529.
11. Ravnskov U. [Stoppa kolesterolkampanjen!](#) Läkartidningen 1993;90:4587-4588.
12. Ravnskov U. [Slutreplik om kolesterol](#). Läkartidningen 1994;91:117-118
13. Ravnskov U. [Livet forkortes när kolesterolet sänkes](#). Ugeskrift for Læger 1993;155:3678-3679.
14. Ravnskov U. [Kolesterol-sänkende lægemidler](#). Ugeskrift for Læger 1994;156:329
15. Ravnskov U. [Ukritisk referat af kolesterolartikler](#). Ugeskrift for Læger 1994;156:4479
16. Ravnskov U. [Fedtsyrer og forvirrende signaler](#). Ugeskrift for Læger 1995;157:1534-1535.
17. Ravnskov U. [Keys eller kaos](#). Ugeskrift for Læger 1995;157:3210
18. Ravnskov U. [Är fleromättat fett en orsak till manlig sterilitet?](#) Läkartidningen 1996;93:2040
19. Ravnskov U. [Auktoriteter kräver tolkningsföreträdare](#). Läkartidningen 1997;95:1024-1025.
20. Ravnskov U. [Myten om det mättade och det fleromättade fett](#). Tidskriften Medikament 1998;3(4):44-51 och 1998;3(5):48-53
21. Ravnskov U. ["Medelhavsdietens" förträfflighet är en myt](#). Läkartidningen 1998;95:4749-4750.
22. Ravnskov U. [Är motion överlägsen statinbehandling?](#) Läkartidningen 2000;97:2177
23. Ravnskov U. [Varför blir kranskärl aterosklerotiska?](#) Läkartidningen 2000; 98: 41
24. Ravnskov U. [Nya intressanta fakta i Science och BMJ...Synen på matens fett håller på att förändras..](#) Tidskriften Medikament 2001;5 (pdf skickas på begäran)
25. Ravnskov U. [Statinbehandling vid akut hjärtinfarkt väl optimistiskt refererat i massmedierna](#). Läkartidningen 2001;98:2370
26. Ravnskov U. [Koständringar förebygger inte hjärtinfarkt](#). Läkartidningen 2001;98:3926
27. Ravnskov U. [Transfettsyra-den verkliga kostboven vid hjärtinfarkt?](#) Läkartidningen 2001;98:4060.
28. Ravnskov U. [Amerikansk kolesterol-policy kan leda till sjukförklaring av miljontals friska](#). Läkartidningen 2001;98:4574-4577.
29. Ravnskov U. [Lindisättnings påverkan inte utvecklingen av ateroskleros vid benstärkningsmedel](#). Läkartidningen 2001;98:4907-4909

29. Ravnskov U. [Lipusänkning påverkar inte utvecklingen av ateroskleros vid behandlingsstarten](#). Läkartidningen 2001;99:4097-4099.
30. Nilsson, P, Ravnskov U. Brevväxling. Tidskriften Medikament 2002; 1:26-27
31. Ravnskov U. [Överoptimistiskt referat av ny statinstudie](#). Läkartidningen 2002;99:949-950
32. Ravnskov U. [Ju färre måltider desto högre kolesterol](#). Läkartidningen 2002;99:1356.
33. Ravnskov U. [Surrogatforskning om hjärtsjukdom och riskfaktorer](#). Läkartidningen 2002;99:1507
34. Ravnskov U. [Debatt i Science: Kostråd mot hjärtinfarkt försvaras med felcitat](#). Läkartidningen 2002;99:2673.
35. Ravnskov U, Pollmer, U. Mythos Cholesterin. Die zehn größten Irrtümer. Stuttgart: [Hirzel Verlag](#) 2002. ISBN 3-7776-1181-6
36. Ravnskov U. [Kan brist på omega-3-fettsyror orsaka plötslig hjärtdöd?](#) Läkartidningen 2002;99:3860
37. Ravnskov U. Den tveksamma nyttan av att stämma i bäcken. Tidskriften Medikament 2002; 8: 68-72 (pdf skickas på begäran)
38. Ravnskov U. [LDL-kolesterol eller C-reaktivt protein – vilken riskfaktor väger tyngst?](#) Läkartidningen 2003;100:696
39. Ravnskov U. [Statiner ökar risken för cancer hos äldre](#). Läkartidningen 2003;100:974
40. Ravnskov U. [Man blir inte fet av fett utan av för många kalorier och för lite motion](#). Läkartidningen 2003;100:3255-3256
41. Ravnskov U. [Ingen vinst sänka kolesterolet så mycket som möjligt](#). Läkartidningen 2004;101:549
42. Ravnskov U. [Högt kolesterol skyddar mot infektioner och troligen även mot äderförkalkning](#). Läkartidningen 2004;101:1215-1217.
43. Ravnskov U. [Kolesterolkampanjens tysta reträtt](#). Tidskriften Medikament 2004;9:18-20.
44. Ravnskov U. [Vielse i pannkaken - älsklingshypotes om kolesterol](#). I B. Johansson (edit): Forskare klargör. Myter om maten, p. 89-96. Forskningsrådet för miljö, areella näringar och samhällsbyggande, FORMAS, Stockholm 2004.
45. Ravnskov U. [Forhastede konklusioner om hjertedødeligheden i Norge](#). Tidsskr Nor Lægeforen 2004;124: 2153.
46. Ravnskov U. [Karl Popper og kolesterolhypotesen](#). Tidsskr Nor Lægeforen 2004;124:2517
47. Ravnskov U. [Mjolk ökar inte risken för hjärtkärlsjukdom](#). Läkartidningen 2005;102:2463
48. Ravnskov U. [Bör kolesterolet sänkas mera effektivt?](#) Läkartidningen 2005;102:2583.
49. Ravnskov U. [Livsmedelsverket saknar evidens för sina kostråd](#). Dagens Medicin 9. november 2005
50. Ravnskov U. [Vem bedrar vem i fetmedebatten?](#) Medicinsk Access 2006;(1):55-56.
51. Ravnskov U. [Kommentar till The Women's Health Initiative Randomized Trial](#). 2000-talets Vetenskap. 8 Feb. 2006.
52. Ravnskov U. [Missvisande råd om kolesterolsänkning](#). Läkartidningen 2006;103:568
53. Ravnskov U. [Behandling af hyperkolesterolemia - lower is not better](#). Ugeskrift for Læger 2006;168(17):1665
54. Ravnskov U. [Äderförkalkning beror inte på obalans i apolipoproteinerna](#). Läkartidningen 2006;103:e35-36
55. Ravnskov U. [Riskabelt att sänka kolesterolet så mycket som möjligt](#). Läkemedelsvärlden Nr 9, 2006.
56. Ravnskov U. [Mer kritisk syn på medicinyheter efterlyses](#). Dagens Medicin 6. september 2006
57. Ravnskov U. [Kolhydratsnål kost minskar behovet av statinbehandling](#) Läkartidningen 2006;103:3017-18
58. Ravnskov U. [Är det vettigt att rekommendera kolhydrater till diabetiker?](#) Medicinsk Access 2006; 7/8:80-81
59. Ravnskov U. [Kolhydratfattig eller fettfattig kost vid fetma för diabetiker?](#) Läkartidningen 2006;103:3071
60. Ravnskov U. [Riskabelt att sänka kolesterolet så mycket som möjligt](#). Läkemedelsvärlden 30 aug 2006
61. Ravnskov U. [Ovetenskapligt när röstning avgör kostråd](#). Dagens Medicin 10. oktober 2007
62. Ravnskov U. [Vissa forskare vägrar släppa sina hypoteser](#). Dagens Medicin 27. februari 2008
63. Ravnskov U. [Fett och kolesterol är hälsosamt!](#) Optimal Förlag, Stockholm 2008. [Recension \(på sidan 63\)](#)
64. Ravnskov U. [Kolesterol - myter og realiteter](#). Forlaget Hovedland, Højbjerg, Danmark 2008.
65. Ravnskov U. [Finns det anledning att ta kolesterolkampanjen på allvar?](#) Läkartidningen 2009;106:67-68 Den [mest lästa artikel](#) i Läkartidningen under året 2009
66. Ravnskov U, McCully Kilmer S. [Den vulnerabla plaque är en böld](#). Medicinsk Access 2009;2:15-18.
67. Ravnskov U och andra. [Livsmedelsverket bör sluta med kostråd till allmänheten](#). Dagens Medicin 8. april 2009
68. Ravnskov U. [Nytt ljus över familjär hyperkolesterolemia](#). Medicinsk Access 2009;4/5:23-24.
69. Ravnskov U och andra. [Var finns Livsmedelsverkets expertis när den behövs bäst?](#) Dagens Medicin 3. juni 2009
70. Ravnskov U. [Alla är olika - även metabolt](#). Dagens Medicin 26. juni 2009
71. Ravnskov U. [Naukowe Kłamstwo](#). Publisher: Wydawnictwo WGP, Warszawa 2009.
72. Ravnskov U. [Läkarna - "nickedockor" som följer felaktiga råd om statinbehandling](#). Dagens Medicin 20. jan 2010
73. Ravnskov U. [Statininducerade muskelproblem er undervurderede](#). Ugeskrift for Læger 2010;172:1235
74. Ravnskov U. [Hur kolesterolmyten hålls vid liv](#). Pagina. Stockholm 2010
75. Ravnskov U. [Ännu en myt - det "hjärtvänliga" Becel](#). Dagens Medicin 12. maj 2010.
76. Ravnskov U. [Många tveksamheter kring SBU's kostråd för diabetiker](#). Dagens Medicin 22. juni 2010.
77. Ravnskov U. [SBU missar poängen](#). Dagens Medicin 8. juli 2010.
78. Ravnskov U. [WHO's experter har ignorerat riskerna med fleromättat fett](#). Dagens Medicin 4. Oktober 2010
79. Ravnskov U. [Vetenskap på villovägar](#). Dagens Medicin 26. Oktober 2010
80. Ravnskov U. [Feiten en fabels over cholesterolen cholesterolverlagende medicijnen. Onthullingen over het grootste medische en commerciëlebedrog van deze tijd](#). Succesboeken, The Netherlands 2011.
81. Ravnskov U, Arfors KE, Enkvist C, Scherstén T, Sundberg R, Vesti Nielsen J. [Ett statinpiller för mycket](#). Läkartidningen 2011

Newspaper articles

1. Ravnskov U. [Kolesterol är ofarligt](#). Dagens Nyheter (Stockholm) 2. februari 1990.
2. Ravnskov U. [De äter världens fetaste mat - utan att få hjärtinfarkt](#). Land (Stockholm) 12. juli 1991
3. Ravnskov U. [Fedtkampanjen - humor eller kvaksalveri?](#) Information (Copenhagen) 2. maj 1992.
4. Ravnskov U. [Goddag kolesterol - økseskaft](#). Information (Copenhagen) 17. juni 1992.
5. Ravnskov U. [Fortsat kolesterolgalskab](#). Information (Copenhagen) 26. juni 1992
6. Ravnskov U. [Ny hjärtmedicin ger cancer](#), Dagens Nyheter (Stockholm) 22. april 1997
7. Ravnskov U. [Ingen risk med fett](#). Dagens Nyheter (Stockholm) 7. juli 1997
8. Ravnskov U. [Livsmedelsverkets råd saknar vetenskapligt stöd](#). Sundsvalls Tidning 15. juni 2005
9. Ravnskov U. [Hur ungt är dit hjärta?](#) Nya Åland 31. augusti 2008
10. Ravnskov U. [Kolesteroldebat kan redde menneskeliv](#). Jyllandsposten 29. oktober 2008
11. Ravnskov U. [Skrämselpropaganda av amatörer](#). Aftonbladet 27. januari 2009
12. Ravnskov U. [Kolesterolmyten - en medicinsk skandal](#). Nya Wermlandstidningen 20. oktober 2010
13. Ravnskov U. [Moderne diabetesbehandling er en skandale](#). Politiken 7. december 2010
14. Ravnskov U, Arfors KE, Enkvist C, Hammarskiöld B, Persson T, Scherstén T, Sundberg R, Vesti Nielsen J. [Så blir åldersdiabetiker friska](#)

- [utan medicineri](#). Dagens Nyheter 27. December 2010
15. Ravnskov U. [Hjärtprofessor sågar sig själv](#). Nya Åland 14. April 2011
 16. Ravnskov U, Arfors KE, Enkvist C, Scherstén T, Sundberg R, Vesti Nielsen J. [Högt kolesterol är ofarligt för kvinnor och friska män](#). Dagens Nyheter 26. april 2011
 17. Ravnskov U, Arfors KE, Enkvist C, Scherstén T, Sundberg R, Vesti Nielsen J. [13 professorer och 3 docenter förvränger fakta om statiner](#). Dagens Nyheter 4 maj 2011
 18. Ravnskov U, Arfors K, Enkvist C, Petersson G, Scherstén T, Sundberg R, Vesti Nielsen, J. [Lita inte på myndigheternas kostråd](#). Kristianstadsbladet 19. Aug. 2011. Även publicerad i Sundsvalls Tidning, Borås Tidning. [Livsmedelsverkets svar](#)
 19. Ravnskov U, Arfors K, Enkvist C, Petersson G, Scherstén T, Sundberg R, Vesti Nielsen, J. [Livsmedelsverket är åter på villovägar](#). Kristianstadsbladet 30. Aug 2011. [Livsmedelsverkets svar](#)
 20. Ravnskov U, Arfors K, Enkvist C, Petersson G, Scherstén T, Sundberg R, Vesti Nielsen, J. (Vårt svar till Livsmedelsverket). [Njut av feta mejeriprodukter](#). Kristianstadsbladet 7. Sept 2011
 21. Ravnskov U. [Fedt er fedt](#). Berlingske Tidende 22 okt. 2011

A selection of other publications:

A popular-scientific review of my research on glomerulonephritis is [available](#)

1. Ravnskov U. On renal handling of plasma proteins. Scandinavian Journal of Urology and Nephrology 1973;7 suppl 20. [Thesis]
2. Ravnskov U, Johansson BG, Ljunger L. Proteinuria in pigs with experimentally induced renal amage. Contributions to Nephrology 1975;1:50-61.
3. Ravnskov U, Karatson A. Renal handling of human β 2-microglobulin in the rat: The importance of sham-operation. Acta Physiologica Scandinavica 1975;94:467-471.
4. Ravnskov U. [Low molecular weight proteinuria in association with paroxysmal myoglobinuria](#). Clinical Nephrology 1975;3:65-69.
5. Ekman R, Johansson BG, Ravnskov U. Renal handling of Zn alfa2-glycoprotein as compared with that of albumin and the retinol-binding protein. Journal of Clinical Investigation 1976;57:945-954.
6. Ravnskov U, Johansson BG. [Isolation and partial characterization of a porcine low molecular weight protein occurring in plasma and urine](#). International Journal of Biochemistry 1976;7:579-583.
7. Hultberg B, Ravnskov U. The excretion of N-acetyl- β -glucosaminidase in glomerulonephritis. Clinical Nephrology 1981;15:33-38.
8. Ravnskov U. Soap is the major cause of dysuria. The Lancet 1, 1027-8, 1983.
9. Ravnskov U. Exposure to organic solvents - a missing link in acute poststreptococcal glomerulonephritis? Acta Medica Scandinavica 1978;203:351-356.
10. Ravnskov U, Forsberg B, Skerfving S. Glomerulonephritis and hydrocarbon exposure - a case control study. Acta Medica Scandinavica 1979; 205:575-579.
11. Ravnskov U, Lundström S, Nordén Å. Hydrocarbon exposure and glomerulonephritis: evidence from patients' occupations. The Lancet 1983;2:1214-16.
12. Ravnskov U. Possible mechanisms of hydrocarbon-associated glomerulonephritis. Clinical Nephrology 1985;23:294-298.
13. Ravnskov U. Influence of hydrocarbon exposure on the course of glomerulonephritis. Nephron 1986;42:156-160.
14. Ravnskov U. Focal glomerular lesions in glomerulonephritis may be secondary to tubulointerstitial damage. American Journal of Kidney Diseases 1988;12:250-251.
15. Ravnskov U. [Non-systemic glomerulonephritis: Exposure to nephro- and immunotoxic chemicals is primary and predisposes to immunologic harassment](#). Medical Hypotheses 30, 115-122, 1989.
16. Ravnskov U. [The subepithelial formation of immune complexes in membranous glomerulonephritis may be harmless and secondary to allergic or toxic factors](#). Scandinavian Journal of Immunology 1998;48:469-474.
17. Ravnskov U. [Glomerular, tubular and interstitial nephritis associated with non-steroidal antiinflammatory drugs. Evidence of a common mechanism](#). British Journal of Clinical Pharmacology 1999;47:203-210.
18. Ravnskov U. [Hydrocarbons may worsen renal function in glomerulonephritis: a meta-analysis of the case-control studies](#). American Journal of Industrial Medicine 2000;37:599-606.
19. Ravnskov U. [Hydrocarbon exposure may cause glomerulonephritis and worsen renal function:evidence based on Hill's criteria for causality](#). Quarterly Journal of Medicine 2000;93:551-556.
20. Ravnskov U. [Suicide of the nephron is preventable](#). The Lancet 2001;357 (May 12)
- Ravnskov U. [Soap - the commonest cause of dysuria](#). British Medical Journal Rapid Response 21 July 2005
21. Ravnskov U. [Experimental glomerulonephritis induced by hydrocarbon exposure: A systematic review](#). BMC Nephrology 2005;6:15-18

The Cholesterol Myths