

### Risikoreduktion für Herz-Kreislaufkrankungen

Durch Optimierung und Therapie der Risikofaktoren lässt sich die Wahrscheinlichkeit für einen Herzinfarkt oder einen Schlaganfall bei vielen Betroffenen um bis zu 90% reduzieren:

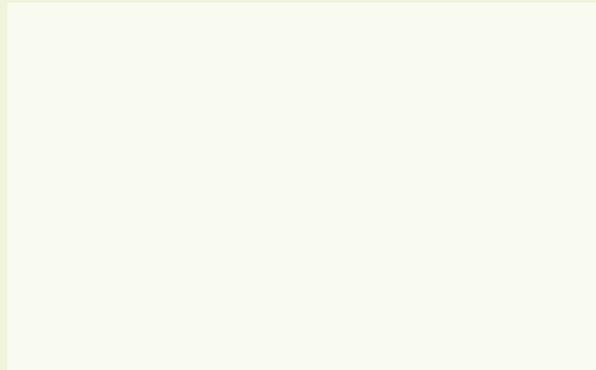
- Gesunde Ernährung unter Vermeidung von tierischen Fetten, Fertignahrung und salzreichen Speisen
- Bevorzugung einer ballaststoffreichen Kost und mehrfach ungesättigter Fettsäuren (Meeresfrüchte, Wallnüsse)
- Nikotinkarenz
- Körperliche Betätigung: mindestens 5 x je Woche 30 min.
- Optimale Einstellung eines arteriellen Hypertonus gemäß den jeweils aktuellen Leitlinien
- Optimale Einstellung eines Diabetes mellitus gemäß den jeweils aktuellen Leitlinien
- Konsequente, zielwertorientierte Senkung des schlechten Cholesterins (LDL-Cholesterin)

**Sie können dazu Ihren aktiven Beitrag leisten.**



## Ihre Praxis

Sprechen Sie uns an – wir beraten Sie gerne.



© amedes 03/2023 | Nachdruck verboten | SAP-Nr. 598597

Diese Patienteninformation wurde mit größtmöglicher Sorgfalt erstellt. Eine direkte oder indirekte Haftung aufgrund der Nutzung der bereitgestellten Informationen wird jedoch ausgeschlossen, soweit sie nicht auf Vorsatz oder grober Fahrlässigkeit beruht.



[www.mein-amedes.de](http://www.mein-amedes.de)

Fettstoffwechsel

Herz-Kreislauftrisiken

frühzeitig erkennen

### PATIENTENINFORMATION



# Liebe Patientin, lieber Patient,

Herz-Kreislauferkrankungen (Herzinfarkt, Schlaganfall, Erweiterung der Hauptschlagader, Durchblutungsstörungen in den Beinen) sind nach wie vor die häufigste Todesursache in der westlichen Welt. Neben Rauchen, Diabetes mellitus und Bluthochdruck gehören Fettstoffwechselstörungen (auch Lipidstoffwechselstörungen genannt) zu den wichtigsten therapierbaren Risikofaktoren.

## Wie lassen sich Fettstoffwechselstörungen frühzeitig erkennen? Und vor allem: Was kann man dagegen tun?

Fettstoffwechselstörungen werden meist durch auffällige Laborbefunde entdeckt. Beeinflussende Faktoren dieser Störung sind vielfach z.B. die Ernährung und der Lebensstil.

Es gibt aber auch erblich bedingte Störungen. Diese können durch gezielte genetische Untersuchungen aufgedeckt werden.

Ist die grundlegende Ursache erkannt, dann kann die Therapie entsprechend abgestimmt werden.



### Blutfettwerte: Was sagen die üblichen Laborparameter aus?

Ihre Blutfettwerte spielen eine wesentliche Rolle bei der Bewertung, ob Fettstoffwechselstörungen vorliegen können. Dafür werden vor allem folgende Parameter untersucht:

- Gesamtcholesterin
- HDL-Cholesterin
- LDL-Cholesterin
- Triglyceride

LDL steht dabei für low density Lipoprotein und HDL für high density Lipoprotein. Ersteres ist das „schlechte“ Cholesterin, es verursacht Gefäßverkalkungen. Das HDL ist das „gute“ Cholesterin und kann einen gewissen Schutz bieten.

#### Merksatz:

**LDL** „Liederliches Cholesterin“  
**HDL** „Hab Dich Lieb“

In manchen Fällen können weitere Laboranalysen sinnvoll sein. Dies sind beispielsweise:

- Lipoprotein (a)
- Lipidelektrophoresen
- Apoprotein B
- genetische Untersuchungen

Diese dienen sowohl zur Einschätzung Ihres Risikos für Herzinfarkte und Schlaganfälle als auch zur Erklärung einer eventuellen familiären Häufung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

### Verdacht auf genetische Ursache:

#### Was bedeutet das?

Ihr Arzt oder Ihre Ärztin hat den Verdacht auf eine genetisch bedingte Fettstoffwechselstörung – z.B. die sogenannte **„familiäre Hypercholesterinämie“** gestellt, möglicherweise auf Grundlage eines erhöhten LDL-Cholesterins.

Diese Erkrankung betrifft etwa jeden 200sten Menschen und geht mit einem sehr hohen Risiko für Gefäßverkalkung (Arteriosklerose) und z.B. Herzinfarkte und Schlaganfall einher. **Wenn man die Diagnose kennt, ist eine effektive Vorbeugung durch Senkung des LDL-Cholesterins möglich.** Außerdem können ggf. betroffene Familienangehörige erkannt und gewarnt werden.

Zur sicheren Diagnose ist eine genetische Untersuchung notwendig, die aus einer Blutprobe durchgeführt wird. Diese Untersuchung wird von der gesetzlichen Krankenkasse übernommen und ist für Sie kostenfrei. Im Falle einer privaten Krankenversicherung sollten Sie vorab eine Kostenübernahme durch Ihren Versicherungsträger erwirken.

Bei der Untersuchung werden ausschließlich Ursachen für Fettstoffwechselstörungen und verantwortliche Gene analysiert. Andere Gene werden nicht untersucht. Die Ergebnisse wird Ihr/Ihre Ärzt\*in ausführlich mit Ihnen besprechen.

