

Risikoreduktion für Herz-Kreislaufkrankungen

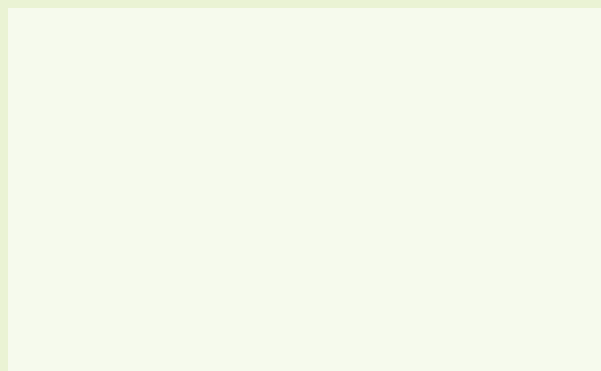
Durch Optimierung und Therapie der Risikofaktoren lässt sich die Wahrscheinlichkeit für einen Herzinfarkt oder einen Schlaganfall bei vielen Betroffenen um bis zu 90% reduzieren:

- 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.

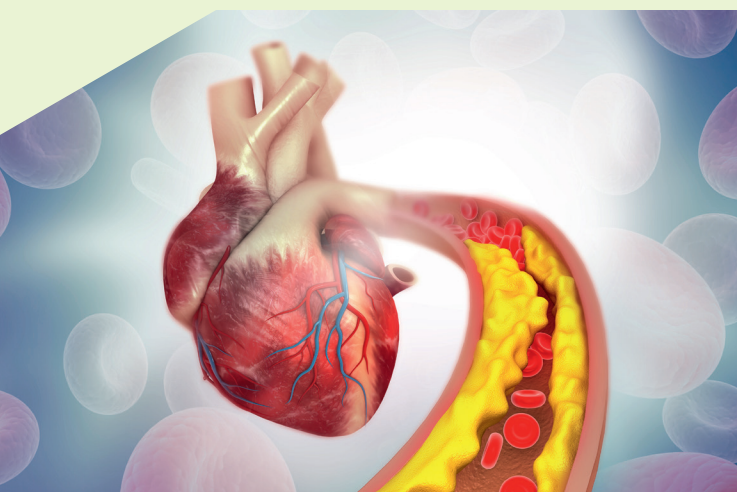


Fettstoffwechsel

Herz-Kreislafrisiken

frühzeitig erkennen

PATIENTENINFORMATION



Scannen Sie diesen QR-Code um zum amedes Haftungsausschluss für diesen Flyer zu gelangen.



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.

Lipoprotein(a): Was ist das?

Lipoprotein(a) – auch kurz Lp(a) genannt – ist ein spezielles Blutfett-Eiweiß, das in erhöhter Konzentration ein **Risikofaktor** für eine Herz-Kreislauferkrankung darstellt. Die Höhe des Lp(a)-Spiegels im Blut ist allerdings erblich bedingt. Nach aktuellen medizinischen Empfehlungen sollten Sie diesen Faktor wenigstens einmal im Leben bestimmen lassen, besonders wenn in Ihrer Familie Herz- oder Gefäßerkrankungen früh aufgetreten sind. Da es derzeit noch keine Medikamente zur Senkung des Lp(a)-Spiegels gibt, ist es umso wichtiger, ein vorhandenes Risiko zu kennen und durch Begleitmaßnahmen andere Herz-Kreislauf-Risikofaktoren zu minimieren.

Verdacht auf genetische Ursache:

Was bedeutet das?

Ihr Arzt oder Ihre Ärztin hat den Verdacht auf eine erblich 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 den gesetzlichen Krankenkassen übernommen und ist für Sie kostenfrei. Im Falle einer privaten Krankenversicherung werden die Kosten in der Regel ebenfalls übernommen, unter Umständen ist vorab eine Kostenübernahmeerklärung einzuholen.

Bei der Untersuchung werden ausschließlich die für die Fragestellung relevanten Gene analysiert. Andere Gene werden nicht untersucht. Die Ergebnisse wird Ihr/Ihre Ärzt*in ausführlich mit Ihnen besprechen.

Bei Ihnen oder in Ihrer Familie besteht

der Verdacht auf eine familiäre

Hypercholesterinämie?

An vielen Standorten in Deutschland betreuen wir Patientinnen und Patienten mit humangenetischen Fragestellungen.

Die Kontaktdaten unserer genetischen Beratungsstellen finden Sie unter folgendem Link:



www.amedes-genetics.de/sprechstunde