

**Wesentlicher Risikofaktor für Gefäßerkrankungen****Übergewicht und Cholesterin**

**Einerseits ist das Cholesterin ein lebenswichtiger Nährstoff. Andererseits bedeutet ein erhöhter Cholesterinspiegel im Blut nichts Gutes. Dieser wird hauptsächlich durch falsches Ernährungsverhalten, Bewegungsmangel und Übergewicht verursacht, kann aber auch genetisch bedingt sein. Ein besonderes Augenmerk auf zu hohe Cholesterinwerte ist bei weiteren Risikofaktoren für oder bereits vorliegenden Gefäßerkrankungen wichtig.**

Zwei Hauptbotschaften möchte Dietmar Hubner, Stoffwechselexperte am Klinikum Wels-Grieskirchen, seinen Patienten mitgeben: „Hohe Cholesterinwerte sind ein wesentlicher Risikofaktor für Gefäßerkrankungen. Aber nicht jeder kann seine Cholesterinwerte selbst in einen guten Bereich bringen und dann ist eine medizinische Therapie unbedingt notwendig.“

**Warum Übergewicht zu hohen Cholesterinwerten führt**

Cholesterin ist ein Blutfett, ein lebensnotwendiger Nährstoff und Energieträger, der in der Leber verarbeitet wird. Deshalb rät Hubner: „Führen Sie dem Körper nur so viel Nahrung zu, wie er tatsächlich braucht und achten Sie auf eine ausgewogene Mischkost. Zu viel Fett führt zur Ausbildung von Fettdepots, die der Körper aber zur täglichen Versorgung mit Energie nicht benötigt, denn das übernehmen die Kohlehydrate in der Nahrung. Das Überangebot an Cholesterin wird ins Blut weitertransportiert und zum Beispiel in den Arterienwänden abgelagert.“ Deshalb sind hohe Cholesterinwerte vor allem ein hohes Risiko für Herzinfarkt, Schlaganfall und PAVK, die periphere arterielle Verschlusskrankheit, aber auch für weitere Erkrankungen, wie zum Beispiel Bluthochdruck oder Diabetes. „In diesen Fällen verlängert das Absenken des hohen Cholesterinwertes das Leben definitiv!“, so der Experte.

**Neue Therapieoptionen zur Absenkung der Blutfettwerte**

Lassen sich hohe Blutfettwerte nicht durch Lebensstiländerungen in den Griff bekommen oder sind sie genetisch bedingt, muss eine medikamentöse Therapie eingeleitet werden. „Die Einnahme der

herkömmlichen Präparate kann aber oftmals unangenehme Nebenwirkungen, wie etwa Muskel- und Gelenkschmerzen, hervorrufen, wodurch die Therapie von Seiten der Patienten immer wieder abgebrochen wird.“ In Wels und Linz wird deshalb jetzt eine neue Behandlungsform angeboten: „PCSK9-Hemmer sind Präparate zur Senkung erhöhter Cholesterinwerte, welche nur durch Internisten und nicht durch Hausärzte verordnet werden können, wenn der Patient weder auf Lebensstiländerungen noch auf andere Lipidsenker ausreichend anspricht.“ Dabei handelt es sich um eine Therapie mit monoklonalen Antikörpern, welche alle 14 Tage gespritzt wird. Durch sie wird eine deutliche Senkung des LDL-Cholesterinspiegels im Blut erreicht.

### **Was kann ich selbst gegen hohe Cholesterinwerte tun?**

Die Cholesterinwerte sind vor allem beeinflussbar über unser Bewegungs- und Ernährungsverhalten. „Versuchen Sie, alle sichtbaren, vor allem die tierischen, Fette wegzulassen!“, rät Hubner. „Wichtig in der Therapie ist für die Patienten eine individuell zugeschnittene Diätberatung, diese erhalten Sie zum Beispiel auch hier im Klinikum.“ Wenn hohe Blutfettwerte allerdings genetisch bedingt sind, gibt es keine lebensstilbedingten Merkmale, wie zum Beispiel Übergewicht oder Bewegungsmangel, auch Sportler können dann davon betroffen sein, zum Beispiel bei familiärer Hypercholesterinämie.“

**Tipp:** Erfahren Sie mehr zu Cholesterin und Stoffwechsel beim Klinikum Wissensforum

**Fokus:** Stoffwechsel am 10. Oktober, 18 Uhr.

### **Statements und Bilder:**

**Bild:** KWG\_Hubner\_Dietmar\_Dr\_OA\_Int\_1.jpg, © Klinikum Wels-Grieskirchen

**Bildtext:** OA Dr. Dietmar Hubner, Abteilung für Innere Medizin I, Gastroenterologie, Klinikum Wels-Grieskirchen

*„Hohe Cholesterinwerte sind ein wesentlicher Risikofaktor für Gefäßerkrankungen. Aber nicht jeder kann seine Cholesterinwerte selbst in einen guten Bereich bringen und dann ist eine medizinische Therapie unbedingt notwendig.“*

*„Führen Sie dem Körper nur so viel Nahrung zu, wie er tatsächlich braucht und achten Sie auf eine ausgewogene Mischkost. Zu viel Fett führt zur Ausbildung von Fettdepots, die der Körper aber zur täglichen Versorgung mit Energie nicht benötigt, denn das übernehmen die Kohlehydrate in der Nahrung. Das Überangebot an Cholesterin wird ins Blut weitertransportiert und zum Beispiel in den Arterienwänden abgelagert.“*

*„Die Einnahme der herkömmlichen Präparate kann aber oftmals unangenehme Nebenwirkungen, wie etwa Muskel- und Gelenkschmerzen, hervorrufen, wodurch die Therapie von Seiten der Patienten immer wieder abgebrochen wird.“*

*„PCSK9-Hemmer sind Präparate zur Senkung erhöhter Cholesterinwerte, welche nur durch Internisten und nicht durch Hausärzte verordnet werden können, wenn der Patient weder auf Lebensstiländerungen noch auf andere Lipidsenker ausreichend anspricht.“*

### **Weiterführende Informationen:**

Etwa 60 Prozent des benötigten Cholesterins werden im Körper selbst hergestellt, hauptsächlich in der Leber, der übrige Bedarf wird über die Nahrung aufgenommen, zum Beispiel über tierische Fette.

Leiden Menschen bereits im Alter zwischen 40 und 50 Jahren an einer Gefäßerkrankung, liegen oftmals genetisch bedingt erhöhte Blutfettwerte vor.

Ohne Vorbelastungen, wie etwa Rauchen, Übergewicht oder bereits bestehenden Gefäßerkrankungen, sollte man einen LDL-Cholesterinwert von unter 130 aufweisen, Risikopatienten muss der Wert unter 70 liegen.

### **Die Innere Medizin I am Klinikum Wels-Grieskirchen**

Mit rund 30 medizinischen Abteilungen, 1.227 Betten und rund 3.700 Mitarbeitern leistet das größte Ordensspital Österreichs Klinikum Wels-Grieskirchen umfassende medizinische Versorgung in Oberösterreich. An der Abteilung für Innere Medizin I werden Patienten mit Erkrankungen aus dem gesamten Spektrum der Inneren Medizin betreut. Die Schwerpunkte der Abteilung unter Leitung von Primarius Univ.-Prof. Dr. Harald Hofer bestehen aus Gastroenterologie und Hepatologie, Rheumatologie sowie Endokrinologie und Diabetologie. Für endoskopische Diagnostik und Therapien steht den Experten im Klinikum eine der größten Endoskopien in ganz Österreich zur Verfügung. Weiterführende Informationen zum Leistungsspektrum der Inneren Medizin I am Klinikum Wels-Grieskirchen: [www.klinikum-wegr.at](http://www.klinikum-wegr.at) → Medizin und Pflege → Innere Medizin.

#### **Pressekontakt Klinikum Wels-Grieskirchen**

Mag. Kerstin Pindeus, MSc, A-4600 Wels, Grieskirchner Straße 42,

Tel: +43 7242 415 - 93772, Mobil: +43 699 1416 3772

E-Mail: [kerstin.pindeus@klinikum-wegr.at](mailto:kerstin.pindeus@klinikum-wegr.at)