



Deutsche Gesellschaft  
zur Bekämpfung von  
Fettstoffwechselstörungen  
und ihren Folgeerkrankungen  
DGFF (Lipid-Liga) e.V.

## Pressemitteilung (Langfassung)

### 13. „Tag des Cholesterins“ der DGFF (Lipid-Liga) e. V.

#### Frauen sind bei Herzerkrankungen klar im Nachteil

**Frankfurt, 08. Juni 2015 – Anlässlich des „Tag des Cholesterins“ am 19. Juni 2015 ruft die Deutsche Gesellschaft zur Bekämpfung von Fettstoffwechselstörungen und ihren Folgeerkrankungen DGFF (Lipid-Liga) e. V. insbesondere Frauen auf, stärker auf die Gesundheit ihres Herz-Kreislauf-Systems zu achten. Denn: Herzerkrankungen, darunter Herzinfarkte, treten in Deutschland mittlerweile bei Frauen fast so häufig auf wie bei Männern, allerdings im Durchschnitt 15 Jahre später. Auch sind Frauen deutlich älter als Männer, wenn Vorerkrankungen von koronaren Herzkrankheiten (KHK) zutage treten, und sie erhalten seltener eine konsequente Therapie. Sowohl Frauen als auch Ärztinnen und Ärzte sollten sich des Risikos für KHK bewusst werden, um vorbeugen zu können. Als eine Maßnahme empfiehlt die DGFF (Lipid-Liga), regelmäßig die Blutfett- und -cholesterinwerte messen zu lassen – insbesondere nach dem Eintritt der Wechseljahre.**

„Herzinfarkt ist Männersache“: Diese Beurteilung trifft heute nicht mehr zu. Frauen haben mit den Männern fast gleichgezogen, wenn es um die Häufigkeit von Herz-Kreislauf-Erkrankungen geht. Das Problem ist, dass die Wissenschaft lange Zeit eher die Männer im Visier hatte und Frauen bislang in vielen großen Studien unterrepräsentiert waren. Das prägte auch die Aufklärung und führte u. a. dazu, dass Frauen bis heute die Bedrohung nicht als solche wahrnehmen und vorbeugende Maßnahmen vernachlässigen. Auch die ärztliche Behandlung konzentriert sich häufig auf Männer: Bis heute ist es so, dass Frauen seltener eine konsequente Therapie mit Medikamenten sowie operative Eingriffe erhalten. Das ändert sich nur langsam, doch weiß man mittlerweile: Es gibt große Unterschiede zwischen Frauen und Männern – insbesondere bei der Entstehung von KHK. Die sollten Frauen, Ärztinnen und Ärzte kennen und ernst nehmen.



### Risiken verschärfen sich in den Wechseljahren

Die Faktoren, die das Risiko einer Herz-Kreislauf-Erkrankung erhöhen, sind bei Frauen und Männern grundsätzlich die gleichen: Rauchen, Vererbung, Fettstoffwechselstörungen mit erhöhten Blutwerten von Cholesterin, Fetten (Triglyzeriden) und Lipoprotein(a) (Lp(a)), Atherosklerose (Arterienverkalkung), Übergewicht, Bewegungsmangel, Bluthochdruck (Hypertonie), Diabetes mellitus und Stress. Danach aber ist schon Schluss mit den Gemeinsamkeiten. Ein wichtiger Unterschied ist, dass Diabetes, Rauchen und Stress bei Frauen eine größere Rolle spielen als bei Männern. Darüber hinaus verschärfen sich viele Risiken bei den Frauen erst nach dem Eintritt in die Wechseljahre (Menopause). Das ist z. B. auch im Fettstoffwechsel der Fall: So haben Frauen im Durchschnitt niedrigere Blutwerte des „schlechten“ LDL-Cholesterins als Männer, was sich jedoch ab dem 55. Lebensjahr umkehrt. Erhöhte Blutfettwerte (Triglyzeridspiegel) bringen bei Frauen ein mehr als doppelt so hohes KHK-Risiko mit sich als bei Männern (76 % vs. 32 %). Trotzdem erfahren Frauen seltener eine blutfettsenkende Therapie, obwohl sie in gleicher Weise davon profitieren.

Deutsche Gesellschaft zur Bekämpfung von Fettstoffwechselstörungen und ihren Folgeerkrankungen DGFF (Lipid-Liga) e.V.

### Folgende Blutwerte gelten bei Frauen als „normal“:

	<b>Frauen</b>
<b>Gesamtcholesterin</b>	Weniger als 200 mg/dl bzw. 5,16 mmol/l
<b>LDL-Cholesterin</b>	Weniger als 160 mg/dl bzw. 4,10 mmol/l
<b>HDL-Cholesterin</b>	Mehr als 50 mg/dl bzw. 1,28 mmol/l
<b>Triglyzeride</b>	Weniger als 150 mg/dl bzw. 1,70 mmol/l
<b>Lipoprotein(a)</b>	Weniger als 30 mg/dl

Frauen sind im Durchschnitt 10 Jahre älter als Männer, wenn sich Symptome zeigen und z. B. eine Atherosklerose, also die Verengung der Blutgefäße durch Ablagerungen, festgestellt wird. Das verringert die Chancen, deren Entwicklung aufzuhalten oder gar rückgängig zu machen.

### Frauen haben häufiger mehrere riskante KHK-Vorerkrankungen

Auch bei Frauen steigt die Zahl der Übergewichtigen, und sehr viele bewegen sich zu wenig. Diese Kombination ist gerade bei Frauen mit einem erhöhten KHK-Risiko verbunden, selbst wenn kein anderer Risikofaktor vorliegt. Hinzu kommt, dass Frauen stärker als Männer



vom sogenannten Metabolischen Syndrom betroffen sind, also einer Kombination von Übergewicht/Adipositas, Bluthochdruck, ungünstigen Blutfett- und -cholesterinwerten sowie Diabetes.

Deutsche Gesellschaft  
zur Bekämpfung von  
Fettstoffwechselstörungen  
und ihren Folgeerkrankungen  
DGFF (Lipid-Liga) e.V.

Auch bei Bluthochdruck gibt es Unterschiede zwischen den Geschlechtern. Zwar tritt die Erkrankung bei Männern vor dem 55. Lebensjahr häufiger auf, ist bei ihnen in dieser Lebensphase aber als Risikofaktor für eine KHK nicht so gravierend wie bei Frauen. Nach dem Eintritt der Wechseljahre sind mehr Frauen als Männer betroffen, trotzdem erfahren sie – selbst wenn zusätzlich Diabetes oder Fettstoffwechselstörungen vorliegen – seltener eine konsequente Behandlung mit Medikamenten.

### **Schon nach einem Jahr Rauchstopp halbiert sich das KHK-Risiko**

Rauchen ist einer der wichtigsten Risikofaktoren. Besonders gefährdet, z. B. einen Schlaganfall zu erleiden, sind junge Frauen, die mit der Pille verhüten und rauchen. Etwa 20 Prozent der Frauen in Deutschland sind Raucherinnen, und ihre Zahl sinkt langsamer als die der rauchenden Männer. Dabei ist ein Rauchstopp aus gesundheitlicher Sicht sehr wichtig, da sich schon nach einem Jahr Nichtrauchen das Risiko einer KHK halbiert.

### **Herzinfarkt wird oft spät erkannt**

Doch nicht nur bei der Betrachtung der Risiken für eine Herz-Kreislauf-Erkrankung sind Frauen anders als Männer. Wenn sie einen Herzinfarkt erleiden, äußert sich das häufig durch andere Beschwerden. Während Männer meist einen dominierenden Schmerz in der linken Brust verspüren, treten bei Frauen relativ häufiger Atemnot, Bauchschmerzen und Übelkeit auf, was dazu führt, dass ein Herzinfarkt oft spät erkannt wird. Auch dies trägt dazu bei, dass mehr Frauen als Männer im Alter um 50 Jahre am akuten Herzinfarkt sterben.

### **Über die DGFF (Lipid-Liga) e. V.:**

Die Deutsche Gesellschaft zur Bekämpfung von Fettstoffwechselstörungen und ihren Folgeerkrankungen DGFF (Lipid-Liga) e. V. wurde im Jahr 1988 gegründet. Die Fachgesellschaft ist ein unabhängiger Ansprechpartner für Fragestellungen rund um den Fettstoffwechsel und Atherosklerose. Ihre Aufgabe sieht die DGFF (Lipid-Liga) in der Aufklärung durch Umsetzung und Vermittlung gesicherter Erkenntnisse auf dem Gebiet der Prävention, Diagnostik und Therapie. Weitere Informationen unter [www.lipid-liga.de](http://www.lipid-liga.de)



**Pressekontakt:**

Iris Löhlein  
DGFF (Lipid-Liga) e.V.  
– kommissarische Leitung der Geschäftsstelle –  
Mörfelder Landstraße 72, 60598 Frankfurt a. M.  
Tel.: 069 / 963 652-18, Fax: 069 / 963 652-15  
E-Mail: [iris.loehlein@lipid-liga.de](mailto:iris.loehlein@lipid-liga.de)



Deutsche Gesellschaft  
zur Bekämpfung von  
Fettstoffwechselstörungen  
und ihren Folgeerkrankungen  
DGFF (Lipid-Liga) e.V.

**Wir freuen uns bei Abdruck bzw. elektronischer Veröffentlichung über ein Belegexemplar oder einen Hinweis.  
Vielen Dank!**