

**Buch – Neuerscheinung:
 “Bessere Cholesterinwerte
 auch ohne (!) Medikamente”**

PRESSE-INFO

Der erste Wegweiser mit kritischer Bewertung



München, Juni 2011 - Viele Patienten kennen heute ihre Lipidwerte (Gesamtcholesterin, LDL, HDL). Diese werden meist bei allgemeinen Gesundheitsuntersuchungen oder, bei Krankheitsverdachts im Routinelabor bestimmt. Bei entsprechender Konstellation, werden dann in der Regel medikamentöse Maßnahmen eingeleitet. Leider wird dabei oft vergessen, dass wir auch ohne Medikamente den Cholesterinwert positiv beeinflussen können. Während es eine Fülle von Daten gibt, die sich mit der Wirkung Cholesterin-senkender Medikamente beschäftigen, lag eine ausführliche kritische wissenschaftliche Untersuchung der Vorschläge, die zur Änderung des Lebensstils, insbesondere der Ernährung, gemacht werden, bisher nicht vor.

Lebensstilmaßnahmen sind aber die Basis der Therapie, erst bei nicht ausreichendem Therapieerfolg sollten Medikamente zusätzlich eingesetzt werden. In ihrem neuen, 66-seitigen farbigen Ratgeber „Bessere Cholesterinwerte auch ohne (!) Medikamente“ setzt sich die DGFF ausführlich mit den nicht-medikamentösen Maßnahmen rund um die alternative Cholesterinsenkung auseinander. Gerade bei Laien gibt es seit Jahrzehnten teilweise geradezu irrationale Vorstellungen über Produkte, denen eine Cholesterin-senkende Wirkung zugeschrieben wird. Sichere Daten zu diesen Produkten sind oft schwer zu erhalten. In dem Ratgeber wird ausführlich auf diese Substanzen (meist) pflanzlicher Herkunft eingegangen, diese werden dabei je nach dem Stand der Wissenschaft in wirksame, unbewiesene und unwirksame Mittel unterteilt. Aufgrund dieser Beurteilungen ist es dem Leser möglich, ein objektives Bild zu gewinnen und damit unter Umständen unnötige Ausgaben zu vermeiden. Die Autoren des Ratgebers beschäftigen sich aber nicht nur mit

Fragen des Cholesterins. Die Behandlungen erhöhter Triglyzeridkonzentrationen im Blut, die auf Ernährungsänderungen wesentlich besser ansprechen als die Cholesterinkonzentrationen, werden in diesem Ratgeber ebenfalls ausführlich besprochen.

Der Ratgeber bietet darüber hinaus Basisinformationen zur Funktion der Lipoproteine (VLDL, LDL, HDL, Chylomikronen) sowie Darstellungen der Normalwerte und Behandlungsziele und allgemeine therapeutische Ansätze. Erweitert wird das Spektrum durch Angaben über Möglichkeiten und Grenzen der körperlichen Aktivität. Im Anhang des Buches findet der Leser neben Begriffserläuterungen, eine umfangreiche Nahrungsmitteltabelle mit Angaben über den Gehalt an Nahrungscholesterin, Fett und Energie der einzelnen Lebensmittel.

Das Buch bietet allen, die an Fragen des Cholesterinstoffwechsels interessiert sind, eine Fülle von Informationen, die in dieser komprimierten Form nirgendwo sonst zu finden sind.

Der Ratgeber ist online unter www.lipid-liga.de, Rubrik Online-Shop, über die Geschäftsstelle der DGFF Lipid-Liga e. V. und über den Buchhandel (**ISBN 978-3-9806477-0-0**) zu beziehen. Er kostet für Nicht-Mitglieder der DGFF 16,80 € und für Mitglieder der DGFF 14,80 € (incl. MwSt. zzgl. Versandkosten). Autoren des Buches sind die DGFF-Mitglieder Prof. Dr. med. Aloys Berg, Dr. rer. biol. hum. Heike Kantner und Prof. Dr. med. Daniel König.

Weitere Informationen: Deutsche Gesellschaft zur Bekämpfung von Fettstoffwechselstörungen und ihren Folgeerkrankungen DGFF (Lipid-Liga) e.V., Waldklausenweg 20, 81377 München, Tel.: 089 / 719 10 01, Fax: 089 / 714 26 87, E-Mail: info@lipid-liga.de, Internet: www.lipid-liga.de.

Abdruck honorarfrei – Belegexemplar erbeten