



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

## Pressemitteilung

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

#### **Bei (zu) vielen Kindern ist der Fettstoffwechsel nicht „gesund“**

**Frankfurt, 20. Juni 2014 – Zum 12. Mal in Folge ruft die Deutsche Gesellschaft zur Bekämpfung von Fettstoffwechselstörungen und ihren Folgeerkrankungen DGFF (Lipid-Liga) e. V. den bundesweiten „Tag des Cholesterins“ aus. In diesem Jahr am 20. Juni steht er unter dem Motto „Blutfettwerte messen lassen – je früher, desto besser!“ Wissenschaftliche Erkenntnisse verdichten sich, wonach sich bei immer mehr Kindern ohne Vorerkrankungen erste Anzeichen von Stoffwechselstörungen zeigen, wenn sie untersucht werden. Werden solche leichten Veränderungen früh im Kindesalter erkannt, lassen sie sich rückgängig machen und das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall kann so entschärft werden.**

Erhöhte Cholesterin- und Triglyzeridwerte im Blut tun nicht weh, und das hat seine Tücken. Denn bleiben zugrunde liegende Fettstoffwechselstörungen unerkannt, sind sie auf lange Sicht ein Risiko für das Herz-Kreislauf-System. Cholesterin kann sich an den Wänden der Blutgefäße ablagern, was als Atherosklerose (Arterienverkalkung) bezeichnet wird. Der Blutdurchfluss wird behindert oder gar blockiert. Passiert dies im Herz oder im Gehirn, ist ein Herzinfarkt bzw. ein Schlaganfall die Folge. Das Risiko dafür erhöht sich, wenn eine erbliche Veranlagung vorliegt, durch Rauchen, bei Diabetes (Zuckerkrankheit), Bluthochdruck, bauchbetontem Übergewicht und Bewegungsmangel.

Daher sollte jeder seine Cholesterin- und Triglyzeridwerte bestimmen lassen – am besten schon ab dem 10. Lebensjahr. Darauf macht die DGFF (Lipid-Liga) am „Tag des Cholesterin“ aufmerksam. Ab dem 35. Lebensjahr kann man zumindest das Gesamtcholesterin alle zwei Jahre kostenlos beim Hausarzt messen lassen. Auf eigene Kosten ist ein Schnelltest der Blutfettwerte auch in der Apotheke möglich: Ein Tropfen Blut aus der Fingerkuppe genügt.



**Wenn's in der Familie liegt: Umso früher kontrollieren**

Einige Fettstoffwechselstörungen werden vererbt. Sind also in der Familie – bei Eltern, Großeltern, Geschwistern – erhöhte Cholesterinwerte bekannt oder gibt es Fälle von Herzinfarkt oder Schlaganfall (bei Männern vor dem 60. und bei Frauen vor dem 70. Lebensjahr), sollte jeder in der Familie seine Blutfettwerte kennen und auch bei Kindern schon vor dem Erreichen des Grundschulalters bestimmen lassen.

**Wachsam sein bei Kindern mit Übergewicht**

Bei übergewichtigen Kindern ist ebenfalls besondere Aufmerksamkeit wichtig. Erst kürzlich hieß es in einer Mitteilung der Universität Jena, dass es das gesunde dicke Kind nur selten gibt. Untersuchungen von übergewichtigen Grundschulkindern ohne bekannte Vorerkrankungen förderten alarmierende Zahlen zutage: Bereits drei Viertel der übergewichtigen Kinder im Alter zwischen fünf und acht Jahren wiesen Anzeichen von gewichtsbedingten Stoffwechselstörungen wie z. B. Bluthochdruck, erhöhte Insulin- sowie Cholesterin- und Triglyzeridwerte im Blut auf.

**Folgende Blutwerte gelten bei gesunden Kindern und Erwachsenen als „normal“:**

|                           | <b>Kinder*</b>                         | <b>Erwachsene</b>                      |
|---------------------------|--|--|
| <b>Gesamt-cholesterin</b> | Weniger als 170 mg/dl bzw. 4,4 mmol/l  | Weniger als 200 mg/dl bzw. 5,16 mmol/l |
| <b>LDL-Cholesterin</b>    | Weniger als 110 mg/dl bzw. 2,84 mmol/l | Weniger als 160 mg/dl bzw. 4,10 mmol/l |
| <b>HDL-Cholesterin</b>    | Mehr als 45 mg/dl bzw. 1,03 mmol/l     | Mehr als 40 mg/dl bzw. 1,03 mmol/l     |
| <b>Triglyzeride</b>       | Weniger als 75 mg/dl bzw. 0,8 mmol/l   | Weniger als 150 mg/dl bzw. 1,70 mmol/l |

\* nach den Richtlinien des National Cholesterol Education Program (NCEP)

**Auch bei Diabetes gilt: Je früher eine Fettstoffwechselstörung bekannt ist, desto besser**

Kinder und Jugendliche, die an Diabetes mellitus Typ 1 (Jugend-Diabetes) leiden, haben ein erhöhtes Risiko, eine Atherosklerose und Folgeerkrankungen zu entwickeln. Darauf weist Prof. Dr. Karl Otfried Schwab, Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin an der Universität Freiburg, hin. Seine Forschung zeigt aber auch, dass anfängliche Schädigungen rückgängig gemacht werden können, wenn Fettstoff-



wechselstörungen und erste Anzeichen für eine Atherosklerose schon früh festgestellt werden.

Die DGFF (Lipid-Liga) hat daher ihren diesjährigen „Tag des Cholesterins“ vornehmlich den Kindern und Jugendlichen gewidmet und appelliert an Eltern, schon früh an später zu denken und bei sich und ihren Kindern Cholesterinwerte bestimmen zu lassen. Je früher auf eine ausgewogene Ernährung, ausreichend Bewegung und Nichtrauchen geachtet wird, desto größer sind die Chancen, sich gegen Herz-Kreislauf-Erkrankungen zu schützen. Mehr Informationen dazu bietet der 67-seitige DGFF Ratgeber „Bessere Cholesterinwerte auch ohne Medikamente“ (ISBN 978-3-9806477-0-0, 16,90 Euro zzgl. Versandkosten; zu bestellen unter [www.lipid-liga.de](http://www.lipid-liga.de) in der Rubrik „für Ärzte, Patienten und Interessierte/Bücher, Broschüren“).

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

#### **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)

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