



Pressemitteilung

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

Zum „Tag des Cholesterins“ am 23. Juni 2017

Erhöhter Lipoprotein(a)-Wert im Blut gefährdet die Herzgesundheit

Frankfurt, 19. Juni 2017 – Es ist bekannt, dass zu viel LDL-Cholesterin und zu hohe Triglyzeride im Blut zu Atherosklerose (Gefäßverkalkung) führen können und das Risiko für einen Herzinfarkt oder Schlaganfall sowie Durchblutungsstörungen der Beine erhöhen. Dagegen kaum bekannt ist das Blutfett Lipoprotein(a). Ein Zuviel davon im Blut führt ebenfalls zu Atherosklerose und ist gefährlich – insbesondere fürs Herz. „Lassen Sie Ihre Blutfettwerte und die Ihrer Kinder messen“, dazu rät die Deutsche Gesellschaft zur Bekämpfung von Fettstoffwechselstörungen und ihren Folgeerkrankungen DGFF (Lipid-Liga) e. V. anlässlich des „Tag des Cholesterins“. Lipoprotein(a) gehört dazu.

Pressekontakt:
DGFF (Lipid-Liga) e. V.
Iris Löhlein
Mörfelder Landstr. 72
60598 Frankfurt a. M.
Tel.: 069 / 96 36 52-18
Fax: 069 / 96 36 52-15
E-Mail:
iris.loehlein@lipid-liga.de
oder
info@lipid-liga.de

Lipoprotein(a) – ausgesprochen Lipoprotein klein a und abgekürzt Lp(a) – ist dem LDL ähnlich und durch das zusätzliche Eiweiß Apo-lipoprotein(a) gekennzeichnet. Die Konzentration von Lp(a) im Blut ist weitgehend erblich bedingt. Erhöhte Lp(a)-Werte sind ein Risiko für die Herz-Kreislauf-Gesundheit. Liegen noch weitere Risikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen vor (dazu gehören u. a. Diabetes mellitus, hohes LDL-Cholesterin, hohe Triglyzeride, bauchbetontes Übergewicht, Bluthochdruck und Rauchen), ist ein Mensch besonders gefährdet, einen Herzinfarkt oder einen Schlaganfall zu erleiden. Bei etwa jedem fünften Erwachsenen liegen die Lp(a)-Werte über 50 mg/dl, was als riskant gilt.

Um Herz-Kreislauf-Erkrankungen vorbeugen zu können, sollte jeder auch seine LDL-Cholesterin-, Triglyzerid- und möglichst die Lp(a)-Werte im Blut bestimmen lassen – am besten schon im Kindesalter. Bei den Vorsorgeuntersuchungen beim Kinderarzt ist dies bisher nicht vorgesehen. Die DGFF (Lipid-Liga) fordert deshalb, dass sich das ändert. **Was in jungen Jahren nur wenige Euro kostet, kann später enorme Folgekosten sparen und die Gesundheit erhalten.**



Ab dem 35. Lebensjahr erstattet die Krankenversicherung alle zwei Jahre die Kosten einer Untersuchung beim Hausarzt. Allerdings wird bei diesem „**Checkup 35**“ lediglich Gesamtcholesterin gemessen, was wenig Aussagekraft hat. Auch hier mahnt die DGFF (Lipid-Liga) an, dass sowohl LDL-Cholesterin und Triglyzeride sowie möglichst auch Lp(a) gemessen werden. Für Lp(a) reicht eine einmalige Messung aus. Diese sollte spätestens im jungen Erwachsenenalter erfolgen.

Bei folgenden Patienten bzw. Gruppen ist die Bestimmung von Lp(a) besonders wichtig:

- Bei Auftreten von Atherosklerose vor dem 60. Lebensjahr.
- Bei einer Familiären Hypercholesterinämie (erblich bedingte Form der Fettstoffwechselstörung, bei der die LDL-Cholesterin-Konzentration im Blut zu hoch ist).
- Wenn trotz optimaler cholesterinsenkender Therapie eine Atherosklerose oder eine kardiovaskuläre Krankheit voranschreitet.
- Wenn Familienangehörige von einer kardiovaskulären Krankheit betroffen sind.
- Wenn bei Familienangehörigen das Lp(a) erhöht ist (auch wenn keine weiteren Risikofaktoren für eine Herz-Kreislauf-Erkrankung vorhanden sind).

Was kann man gegen erhöhte Lp(a)-Spiegel tun?

Derzeit gibt es kein Medikament zur Senkung erhöhter Lp(a)-Konzentrationen. Unter der Therapie mit Cholesterinsenkern verändert sich der Lp(a)-Wert nicht. Deshalb ist es wichtig, das Gesamtrisikoprofil zu verbessern und anderen Risikofaktoren für Atherosklerose vorzubeugen. Dazu gehören ein gesunder Lebensstil mit ausgewogener Ernährung, viel Bewegung und komplettem Nikotinverzicht. Bei Patienten mit rasch fortschreitenden atherosklerotischen Erkrankungen und hohen Lp(a)-Konzentrationen kann in Einzelfällen der Einsatz der Lipoprotein-Apherese – einer Blutwäsche – erwogen werden.

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

Pressekontakt:
DGFF (Lipid-Liga) e. V.
Iris Löhlein
Mörfelder Landstr. 72
60598 Frankfurt a. M.
Tel.: 069 / 96 36 52-18
Fax: 069 / 96 36 52-15
E-Mail:
iris.loehlein@lipid-liga.de
oder
info@lipid-liga.de



Was ist zu tun, um das Risiko für (weitere) kardiovaskuläre Ereignisse zu senken?

- Keinesfalls rauchen
- Sich regelmäßig bewegen („bewegter“ Alltag plus viermal 30 Minuten moderater Sport pro Woche)
- Weniger Sitzen: Aufstehen und sich bewegen!
- Vorliegenden Diabetes mellitus und Bluthochdruck optimal behandeln lassen
- Sind die Werte von LDL-Cholesterin, Lp(a) oder/und Triglyzeriden stark erhöht, ist eine ärztlich verordnete Therapie ratsam
- Wenig gesättigtes Fett, vor allem weniger tierisches Fett (aus Fleisch, Wurst, Schmalz u. ä.), verzehren.
- Viel Gemüse und Vollkorn und damit Ballaststoffe essen.
- 1 bis 2 Portionen fettreichen Fisch pro Woche (Lachs, Makrele, Hering, Thunfisch, Sardine) frisch, geräuchert, tiefgekühlt oder aus der Konserve verzehren, um viele Omega-3-Fettsäuren aufzunehmen.
- Stress aktiv ausgleichen

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

Pressekontakt:
 DGFF (Lipid-Liga) e. V.
 Iris Löhlein
 Mörfelder Landstr. 72
 60598 Frankfurt a. M.
 Tel.: 069 / 96 36 52-18
 Fax: 069 / 96 36 52-15
 E-Mail:
iris.loehlein@lipid-liga.de
 oder
info@lipid-liga.de

Wenn keine weiteren Risikofaktoren für eine Herz-Kreislauf-Erkrankung vorliegen, empfehlen die Leitlinien:

	Erwachsene¹	Kinder²
LDL-Cholesterin	weniger als 115 mg/dl bzw. 3 mmol/l	weniger als 110 mg/dl bzw. 2,85 mmol/l*
HDL-Cholesterin	Frauen: mehr als 45 mg/dl bzw. 1,2 mmol/l Männer: mehr als 40 mg/dl bzw. 1 mmol/l	mehr als 45 mg/dl bzw. 1,2 mmol/l*
Triglyzeride	Weniger als 150 mg/dl bzw. 1,7 mmol/l	0 bis 9 Jahre: weniger als 75 mg/dl bzw. 0,88 mmol/l 10 bis 19 Jahre: weniger als 90 mg/dl bzw. 1,03 mmol/l
Lipoprotein(a)	weniger als 30 mg/dl* bzw. 70 nmol/l**	weniger als 30 mg/dl* bzw. 70 nmol/l**

¹ EAS/ESC-Leitlinie 2016; ² S2k-Leitlinie, APS in der DGKJ 2015

* Werte über 50 mg/dl gehen mit einem signifikant erhöhten Risiko einher

** Richtwert bei Bestimmung über Roche-Methode (keine Umrechnung des mg/dl-Wertes)



Mehr Informationen dazu bieten die Ratgeber der DGFF (Lipid-Liga), die unter www.lipid-liga.de bestellt werden können.

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

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

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

Pressekontakt:
DGFF (Lipid-Liga) e. V.
Iris Löhlein
Mörfelder Landstr. 72
60598 Frankfurt a. M.
Tel.: 069 / 96 36 52-18
Fax: 069 / 96 36 52-15
E-Mail:
iris.loehlein@lipid-liga.de
oder
info@lipid-liga.de