



## Pressemitteilung

### 19. Tag des Cholesterins am 18. Juni 2021

### Nehmen Sie Ihren Cholesterinspiegel ins Visier

**Frankfurt, 10. Juni 2021 – Zu hohe LDL-Cholesterin-Werte im Blut erhöhen das Risiko, einen Herzinfarkt, Schlaganfall oder Durchblutungsstörungen in den Beinen zu erleiden. Was für viele Betroffene wie „aus heiterem Himmel“ kommt, hat meist eine längere Vorgeschichte. Die aber verläuft vielfach unbemerkt: Einerseits spürt man einen zu hohen Cholesterinspiegel in der Regel nicht. Andererseits wissen nur wenige, dass dieser auch erblich bedingt sein kann. D. h., ein Auftreten von Herz-Kreislauf-Erkrankungen bei Eltern und Geschwistern kann ein Warnsignal sein. Deshalb empfiehlt die DGFF (Lipid-Liga) an ihrem Tag des Cholesterins jedem, so früh wie möglich seine Blutfettwerte ins Visier zu nehmen und bei der Hausärztin/dem Hausarzt bestimmen zu lassen. Wer ein mögliches Risiko rechtzeitig kennt und erhöhte LDL-Cholesterin-Werte auf Ziel bringt, kann Schlimmeres verhindern.**

Durch einen gesundheitsförderlichen Lebensstil, also nicht Rauchen, fettbewusst und Gemüse-betont essen, sportlich aktiv sein und Stress vermeiden, kann jede und jeder viel für die Gesunderhaltung des Herzens und der Blutgefäße tun. Lässt sich damit erhöhtes LDL-Cholesterin nicht ausreichend senken, gibt es heute viele hochwirksame und sehr gut verträgliche Medikamente. „Scheuen Sie sich nicht, Ihre Ärztin oder Ihren Arzt anzusprechen und Ihre Blutfettwerte bestimmen zu lassen,“ ermutigt Prof. Dr. med. Oliver Weingärtner, Vorsitzender der DGFF (Lipid-Liga). „Je früher eine Fettstoffwechselstörung entdeckt und behandelt wird, desto weniger sogenannte Cholesterinjahre muten Sie Ihren Blutgefäßen zu.“ Erwachsene haben zwischen dem 18. und 35. Lebensjahr einmalig Anspruch auf eine ärztliche Gesundheitsuntersuchung mit Bestimmung der Blutfettwerte, ab dem 35. Lebensjahr dann alle drei Jahre beim „Check-up 35“.

#### **Die DGFF (Lipid-Liga) empfiehlt:**

Früher an später denken und die Blutfettwerte (LDL-Cholesterin und Triglyzeride) messen lassen, niedrige Werte halten und erhöhte senken und mindestens einmal im Leben Lipoprotein(a) bestimmen lassen.

Reduzieren Sie Ihre „Cholesterinjahre“, also die Jahre, die Sie mit einem erhöhten LDL-Cholesterinwert leben.

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

#### **Vorstand:**

Prof. Dr. med. Oliver Weingärtner  
Vorsitzender

Dr. med. Anja Vogt  
Stellv. Vorsitzende

Prof. Dr. med. Volker Schettler  
Stellv. Vorsitzender

Prof. Dr. med. Peter Grützmacher  
Schatzmeister

Prof. Dr. med. Jörg Bojunga

Prof. Dr. med. Karl Otfried Schwab

Prof. Dr. med. Ulrich Julius

Prof. Dr. med. Hans-Ulrich Klör

#### **Postanschrift**

Mörfelder Landstraße 72  
60598 Frankfurt a. M.  
Telefon 069 - 96 36 52 – 18  
Telefax 069 - 96 36 52 – 15  
Email: [info@lipid-liga.de](mailto:info@lipid-liga.de)  
Internet: <http://www.lipid-liga.de>

#### **Sitz der Gesellschaft**

Wiesbaden, Reg.-Nr. 2577

#### **Bankverbindung**

Deutsche Apotheker- und  
Ärztbank e.G., Mainz  
Konto-Nr. 0002842521  
(BLZ 30060601)  
IBAN DE77 3006 0601 0002 8425 21  
BIC DAAEDED3

#### **Pressekontakt:**

Iris Löhlein – Geschäftsstelle – Mörfelder Landstraße 72, 60598 Frankfurt a. M.  
Tel.: 069 / 96 36 52-18, Fax: 069 / 96 36 52-9911; E-Mail: [iris.loehlein@lipid-liga.de](mailto:iris.loehlein@lipid-liga.de) + [info@lipid-liga.de](mailto:info@lipid-liga.de)



Das gilt insbesondere nach einem Herzinfarkt- und Schlaganfall sowie bei Durchblutungsstörungen in den Beinen (Periphere Arterielle Verschlusskrankheit; PAVK) und für all diejenigen, die beispielsweise durch Diabetes mellitus, Bluthochdruck oder eine chronische Nierenerkrankung ein hohes Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen haben.

„Aber obwohl Herzinfarkt-, Schlaganfall- und PAVK-Patienten als Hochrisikopatienten gelten, ist die Behandlung ihrer Fettstoffwechselstörungen hierzulande mangelhaft,“ kritisiert der Kardiologe Weingärtner. „Bei ihnen ist es immens wichtig, das LDL-Cholesterin „auf Ziel“ zu bringen, sprich auf einen Zielwert von 55 mg/dl (bzw. 1,4 mmol/l) zu senken,“ so Weingärtner weiter. „Bei mehr als 80 % der Herzinfarktpatienten in Deutschland wird dieser Zielwert aber nicht erreicht. Im internationalen Vergleich liegen wir damit auf den hinteren Plätzen.“

**Die DGFF (Lipid-Liga) empfiehlt:**

Wer ein hohes kardiovaskuläres Risiko hat, muss niedrige LDL-Cholesterinwerte anstreben. Das ist mit den heute verfügbaren hochwirksamen und gut verträglichen Medikamenten erreichbar und muss regelmäßig kontrolliert werden.

**Wie hoch sollte denn mein LDL-Cholesterin sein?**

Pauschal lässt sich diese oft gestellte Frage nicht beantworten. Ärztinnen und Ärzte ermitteln immer ein Gesamtrisikoprofil eines Menschen für eine Herz-Kreislauf-Erkrankung, d. h. berücksichtigen beispielsweise die Familiengeschichte, das Alter, den Lebensstil und Erkrankungen. Das Gesamtbild ist ausschlaggebend dafür, wie der gemessene LDL-Cholesterinwert einzuschätzen ist. Ob dieser ok oder zu hoch ist, kann nur eine Ärztin/ein Arzt bewerten. Dabei orientieren sie sich an den aktuellen Leitlinien der Europäischen Gesellschaft für Kardiologie (European Society of Cardiology, ESC) und der Europäischen Atherosklerosegesellschaft (European Atherosclerosis Society, EAS).

Es gibt also keinen allgemein gültigen Grenzwert, sondern es gilt:

Je höher das Gesamtrisiko, desto niedriger sollte der LDL-Cholesterinwert und desto intensiver sollten die Maßnahmen sein, um erhöhte Werte zu senken.

Bei einem gesunden Menschen ohne Risikofaktoren für eine Herz-Kreislauf-Erkrankung sollte das LDL-Cholesterin im Blut unter 116 Milligramm je Deziliter (mg/dl) (bzw. 3 mmol/l) liegen, Triglyzeride unter 150 mg/dl (bzw. 1,7 mmol/l) und Lipoprotein(a) unter 30 mg/dl (bzw. 70 nmol/l).

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

**Vorstand:**

- Prof. Dr. med. Oliver Weingärtner  
Vorsitzender
- Dr. med. Anja Vogt  
Stellv. Vorsitzende
- Prof. Dr. med. Volker Schettler  
Stellv. Vorsitzender
- Prof. Dr. med. Peter Grützmacher  
Schatzmeister
- Prof. Dr. med. Jörg Bojunga
- Prof. Dr. med. Karl Otfried Schwab
- Prof. Dr. med. Ulrich Julius
- Prof. Dr. med. Hans-Ulrich Klör

**Postanschrift**

Mörfelder Landstraße 72  
60598 Frankfurt a. M.  
Telefon 069 - 96 36 52 – 18  
Telefax 069 - 96 36 52 – 15  
Email: [info@lipid-liga.de](mailto:info@lipid-liga.de)  
Internet: <http://www.lipid-liga.de>

**Sitz der Gesellschaft**

Wiesbaden, Reg.-Nr. 2577

**Bankverbindung**

Deutsche Apotheker- und  
Ärztbank e.G., Mainz  
Konto-Nr. 0002842521  
(BLZ 30060601)  
IBAN DE77 3006 0601 0002 8425 21  
BIC DAAEDED3

**Pressekontakt:**

Iris Löhlein – Geschäftsstelle – Mörfelder Landstraße 72, 60598 Frankfurt a. M.  
Tel.: 069 / 96 36 52-18, Fax: 069 / 96 36 52-9911; E-Mail: [iris.loehlein@lipid-liga.de](mailto:iris.loehlein@lipid-liga.de) + [info@lipid-liga.de](mailto:info@lipid-liga.de)



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

...

Die DGFF (Lipid-Liga) bietet zum Thema „Fettstoffwechselstörungen“ sowie zu speziellen Themen Broschüren an. Diese stehen im Internet unter [www.lipid-liga.de](http://www.lipid-liga.de) zum kostenlosen Herunterladen zur Verfügung oder können gedruckt angefordert werden.

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

Die Deutsche Gesellschaft zur Bekämpfung von Fettstoffwechselstörungen und ihren Folgeerkrankungen DGFF (Lipid-Liga) e. V. besteht seit mehr als 30 Jahren und hat aktuell rd. 1.300 Mitglieder. Die fachärztliche Gesellschaft ist ein unabhängiger Ansprechpartner für Fragestellungen rund um den Fettstoffwechsel und die 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. [www.lipid-liga.de](http://www.lipid-liga.de)

#### Vorstand:

Prof. Dr. med. Oliver Weingärtner  
Vorsitzender

Dr. med. Anja Vogt  
Stellv. Vorsitzende

Prof. Dr. med. Volker Schettler  
Stellv. Vorsitzender

Prof. Dr. med. Peter Grützmaker  
Schatzmeister

Prof. Dr. med. Jörg Bojunga

Prof. Dr. med. Karl Otfried Schwab

Prof. Dr. med. Ulrich Julius

Prof. Dr. med. Hans-Ulrich Klör

#### Postanschrift

Mörfelder Landstraße 72  
60598 Frankfurt a. M.  
Telefon 069 - 96 36 52 – 18  
Telefax 069 - 96 36 52 – 15  
Email: [info@lipid-liga.de](mailto:info@lipid-liga.de)  
Internet: <http://www.lipid-liga.de>

#### Sitz der Gesellschaft

Wiesbaden, Reg.-Nr. 2577

#### Bankverbindung

Deutsche Apotheker- und  
Ärztebank e.G., Mainz  
Konto-Nr. 0002842521  
(BLZ 30060601)  
IBAN DE77 3006 0601 0002 8425 21  
BIC DAAEDED3

#### Pressekontakt:

Iris Löhlein – Geschäftsstelle – Mörfelder Landstraße 72, 60598 Frankfurt a. M.  
Tel.: 069 / 96 36 52-18, Fax: 069 / 96 36 52-9911; E-Mail: [iris.loehlein@lipid-liga.de](mailto:iris.loehlein@lipid-liga.de) + [info@lipid-liga.de](mailto:info@lipid-liga.de)

Steuer-Nr. 045 255 02465  
Finanzamt Frankfurt am Main III