

02.10.2009 - 10:23 Uhr

Cholesterin im Griff haben - Schweizer Herzspezialisten rufen zum Handeln auf

Zürich (ots) -

Eine junge gesunde und sportliche Frau wurde bei einem Gesundheitscheck von ihrem zu hohen Cholesterinwert überrascht. Ein Einzelfall? - Nein, sagen drei renommierte Schweizer Kardiologen. Sie rufen dazu auf, das Cholesterinmanagement in der Schweiz nachhaltig zu verbessern und gründen das Swiss Cholesterol Network.

Kennen Sie Ihre Cholesterinwerte? Oder die von Ihrem Partner? A. (31) hatte keine Ahnung von ihren Blutfettwerten und hätte auch nicht daran gedacht, die Werte kontrollieren zu lassen, da sie weder alt noch übergewichtig noch Raucherin ist. Aber während eines obligatorischen Gesundheitschecks am Arbeitsplatz hiess es, das Cholesterin sei am oberen Limit. Die Frage "Sind Sie Raucherin?" musste A. verneinen und genauso die Fragen nach Bewegungsfaulheit und Übergewicht, womit ein grosser Teil der Risikofaktoren für erhöhtes Cholesterin nicht erfüllt ist. "Essen Sie viel Fleisch und Frittiertes und fast kein Gemüse und Obst?" - Da A. damals in den USA wohnte, war dies wohl eine berechtigte Frage, und sie nickte.

Zurück zu Hause hat A. sich im Internet genauer erkundigt: Cholesterin ist nicht einfach nur ein Problem, es ist im Gegenteil wichtiger Bestandteil aller Körperzellen, Ausgangsstoff für Hormone und Vitamin D. Rund Zweidrittel der benötigten Menge wird vom Körper selbst in der Leber produziert, ein Drittel nehmen wir mit tierischer Nahrung zu uns. Normalerweise hält der Körper die Cholesterinmenge im Gleichgewicht, indem die Leber die Produktion regulieren kann. Die Schweizerische Herzstiftung berichtet, dass dies jedoch bei 30 bis 34 Prozent der über 25-jährigen Männer und Frauen nicht mehr einwandfrei funktioniert. Gleichzeitig weiss man, dass das Gesamtcholesterin bei den Männern bis 50 kontinuierlich ansteigt und sich im höheren Alter stabilisiert, während es bei den Frauen weiterhin zunimmt. Das Risiko aufgrund zu hoher Cholesterinwerte an einer einschneidenden Folgeerscheinung, wie Herzinfarkt, Schlaganfall oder Blutgefässverschluss, zu erkranken oder daran zu sterben hat sich über die vergangenen zehn Jahre sowohl bei den Frauen wie den Männern massiv verstärkt.

Erschreckenderweise gibt es eine Prognose, die darlegt, dass bei unverändertem Verhalten bis 2020 in Europa mehr als 3 Millionen Todesfälle auf überhöhte Cholesterinwerte zurückzuführen sind. Es ist daher entscheidend, jetzt breit und umfassend über Ursachen und Risiken aufzuklären. Die Information spielt dabei eine zentrale Rolle und dies sowohl in der Prävention wie auch im Falle medizinischer und klinischer Therapien durch den Arzt. Denn gerade hier in der Behandlung kann der informierte und handlungsbereite Patient langfristig massgeblich dazu beitragen, aktiv mitzuwirken, weitere Risiken zu minimieren und damit Kosten zu senken.

Aus diesen Gründen haben sich drei renommierte Kardiologen zum «Swiss Cholesterol Network» (SCN) zusammen geschlossen mit dem Ziel, das Cholesterinmanagement in der Schweiz nachhaltig zu verbessern. Prof. G. Noll vom Universitätsspital Zürich: «Die gesetzten Zielwerte für Cholesterin werden nur bei einer Minderheit erreicht und die Bedeutung eines hohen Blutfettgehalts wird in der Bevölkerung noch

immer unterschätzt. Das Cholesterinmanagement in der Schweiz bietet ein breites Feld an Optimierungsmöglichkeiten, die wir mit einem Handlungskatalog in Angriff nehmen werden.»

Schädliches Cholesterin: LDL

Blutfette geringer Dichte (Low Density Lipoproteins "LDL") transportieren Cholesterin aus der Leber in die Zellen. Mit steigender Blutkonzentration lagern sich überschüssige LDL-Partikel in die Wand von Blutgefässen ein.

Empfohlener Wert: unter 2,6 mmol/l

Nützliches Cholesterin: HDL

Blutfette hoher Dichte (High Density Lipoproteins "HDL") nehmen Cholesterin aus den Geweben auf und transportieren es zurück zur Leber, wo es ausgeschieden wird. Viel HDL gilt als Schutzfaktor im Blut.

Empfohlener Wert: über 1 mmol/l

Ungesunde Triglyceride Triglyceride sind Fettsäuren, die an Glycerin gebunden sind. Sie werden auch vom Körper (Leber) selbst gebildet und mit der Nahrung zugeführt. Meist geht ein erhöhter Triglycerid-Spiegel im Blut mit einem zu niedrigen HDL-Cholesterin einher. Empfohlener Wert: unter 1,7 mmol/l

Jetzt gilt es, gemeinsam zu handeln!

Die drei Kardiologen Prof. Georg Noll (USZ Zürich), Prof. Roger Darioli, Universität Lausanne, und Prof. Bernhard Meier, Inselspital Bern, formulieren im «Swiss Cholesterol Network» gemeinsam konkrete Massnahmen:

- Aufklärungsarbeiten in der Bevölkerung über die Gefahren zu hoher Cholesterinwerte
- Neue Ansätze im Lebensmittelbereich - oft weisen günstige Produkte hohe Fett- und Energiewerte auf, während gesunde Lebensmittel mehr kosten
- Konsequentes Umsetzen der bekannten und allgemein akzeptierten Behandlungsrichtlinien durch die Ärzte
- Gewähren einer frühzeitigen und umfassenden Diagnose. Eine rechtzeitige Behandlung ist kostengünstiger als späte Nachbehandlungen
- Verbesserte Interaktion zwischen Arzt und Patient- Interdisziplinäres Zusammenarbeiten zwischen den Bereichen Ernährung, Bewegung, Schulwesen, Medizin, Krankenversicherung, Politik und Medien

Kontakt:

Sekretariat Swiss Cholesterol Network
Pia Viviani
c/o PR-SCHWEGLER AG
Agency for Health Care Communications
Hermeschloostrasse 73
8048 Zürich
Switzerland
Tel.: +41/44/434'20'20
Fax: +41/44/434'20'21
E-Mail: info@swisscholesterolnetwork.ch

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100005516/100590967> abgerufen werden.