



PRESSEMITTEILUNG

Bei Diabetes Cholesterin-Werte regelmäßig untersuchen lassen

Berlin - Erhöhte Cholesterinwerte können Gefäßverkalkung und daraus folgende Herz-Kreislauf-Erkrankungen verursachen. Menschen mit Diabetes Typ 1 und Typ 2 weisen ohnehin ein höheres kardiovaskuläres Risiko auf als Stoffwechselgesunde. Für sie gelten daher niedrigere Zielwerte für LDL-Cholesterin im Blut als für Menschen ohne Diabetes: Die Empfehlung laut nationaler Versorgungsleitlinie liegt für das LDL-Cholesterin unter 100 mg/dl (2,5 mmol/l). Besteht ein sehr hohes Risiko wie z. B. nach einem Herzinfarkt, sollte das LDL-Cholesterin auf unter 70 mg/dl (1,8 mmol/l) gesenkt werden. Darauf weist diabetesDE - Deutsche Diabetes-Hilfe hin.

Zu hohe Cholesterinwerte sind meist die Folge einer Fettstoffwechselstörung. Diese kann erblich, aber auch durch Übergewicht oder Alkoholkonsum bedingt sein. Fast die Hälfte aller Menschen, bei denen Diabetes Typ 2 neu diagnostiziert wird, und etwa jeder Fünfte seit 20 Jahren an Typ-1-Diabetes Erkrankte weist eine Fettstoffwechselstörung auf. „Daher sollten Diabetes-Patienten ihre Blutfettwerte, dazu zählen HDL- und LDL-Cholesterin (Fettbegleitstoffe) und Triglyceride (Blutfette), mindestens einmal im Jahr prüfen lassen“, sagt Dr. med. Jens Kröger, Vorstandsmitglied von diabetesDE - Deutsche Diabetes-Hilfe und niedergelassener Diabetologe aus Hamburg-Bergedorf.

Wer zu hohe Cholesterinwerte hat, kann schon durch Änderung seines Lebensstils etwas dagegen tun, zum Beispiel durch Rauchstopp: Denn Tabakrauch verändert die Zusammensetzung der Blutfette. Die Menge des LDL-Cholesterins steigt, während sich die Menge an HDL-Cholesterin verringert. LDL-Cholesterin gilt als „schlechtes Cholesterin“, da es Ablagerungen an den Gefäßwänden begünstigt. Das herzscheidende HDL-Cholesterin wirkt diesem Effekt entgegen. Auch körperliche Bewegung steigert das ‚gute‘ HDL-Cholesterin langfristig und senkt gleichzeitig das „schlechte“ LDL-Cholesterin und die Triglyceride im Blut“.

Zwar nimmt der Körper nur zehn Prozent des Cholesterins über die Nahrung auf und stellt die übrigen 90 Prozent in erster Linie über die Leber her. „Trotzdem kann eine kalorien- und fettbewusste sowie ballaststoffreiche Ernährung das LDL-Cholesterin um ca. 8 bis 10

Prozent senken“, erklärt Dr. Kröger. Fettiges Fleisch, Innereien, Meeresfrüchte und Käse sollten daher nur in geringen Mengen auf dem Speiseplan stehen. Ungesättigte Fettsäuren aus Oliven- und Rapsöl oder mehrfach ungesättigte Fettsäuren aus Nüssen oder Kaltwasserfischen seien die bessere Wahl. Sie senken die schädlichen LDL-Werte und erhöhen das HDL-Cholesterin.

Häufig reicht eine alleinige gesunde Ernährung nicht aus, um die LDL-Cholesterinwerte in den Zielbereich zu bringen. Dann sind zusätzlich Medikamente erforderlich. Diese hemmen die Herstellung des Cholesterins in der Leber. Es wurde bereits in großen Studien bewiesen, dass Statine das Herzinfarktrisiko reduzieren können. „International werden unterschiedliche medikamentöse Strategien diskutiert, die Zielwerte zu erreichen. Wichtig ist, diese Ziele effektiv ohne Nebenwirkungen der Statintherapie wie z. B. Muskelbeschwerden zu erreichen. Dann kommt ein Wechsel des Statins in Frage, so Dr. med. Jens Kröger. Bei einigen Risikopatienten können jedoch selbst Statine in höherer Dosis den LDL-Wert nicht unter die Zielwerte senken. „Dann kann noch eine Wirkstoff-Kombination mit anderen Fettsenkern sinnvoll sein, um die Blutfette zu reduzieren“, so der Arzt vom Zentrum für Diabetologie Hamburg Bergedorf.

Weitere Infos:

Zielwerte für Blutfette bei Diabetes Typ 1 und Typ 2: _

http://www.diabetesde.org/ueber_diabetes/was_ist_diabetes/diabetes_lexikon/az/cholesterin/

Antwortformular:

Ich möchte ein Interview mit _____ führen. Bitte stellen Sie den Kontakt her.

Bitte informieren Sie mich kontinuierlich über Themen von diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe.

Ich bin besonders interessiert an folgenden Themen:

- Gesundheitspolitik
- Stoffwechselerkrankungen
- Ernährung

Bitte schicken Sie mir keine Infos mehr zu diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe.

Meine Kontaktdaten:

NAME:
MEDIUM/RESSORT:
ADRESSE:

TEL/FAX:

Ihre Kontakte für Rückfragen:

diabetesDE - Deutsche Diabetes-Hilfe

Nicole Mattig-Fabian (Geschäftsführung)

Albrechtstr. 9

10117 Berlin

Tel.: +49 (0)30 201677-12

Fax: +49 (0)30 201677-20

E-Mail: mattig-fabian@diabetesde.org

Pressestelle diabetesDE - Deutsche Diabetes-Hilfe

Julia Hommrich

Pf 30 11 20, 70451 Stuttgart

Tel.: +49 (0)711 8931-423

Fax: +49 (0)711 8931-167

E-Mail: hommrich@medizinkommunikation.org

www.diabetesde.org

www.deutsche-diabetes-hilfe.de

diabetesDE - Deutsche Diabetes-Hilfe ist eine gemeinnützige und unabhängige Organisation, die Menschen mit Diabetes, Diabetesberater, Ärzte und Forscher vereint. Gemeinsam schaffen wir Öffentlichkeit für das Thema und vertreten die Interessen der Menschen mit Diabetes. Wir setzen uns für eine bessere Prävention, Versorgung und Forschung im Kampf gegen die Volkskrankheit Diabetes ein. Die Krankheit breitet sich auch in Deutschland rasch aus. 6 Millionen Menschen sind in Behandlung, und jeden Tag kommen fast 1000 Neuerkrankte hinzu.

Gegründet wurde diabetesDE - Deutsche Diabetes-Hilfe von der Deutschen Diabetes Gesellschaft (DDG) www.ddg.info und dem Verband der Diabetes-Beratungs- und Schulungsberufe in Deutschland (VDBD) www.vdbd.de. Die Selbsthilfe ist innerhalb von diabetesDE durch die selbstständige Selbsthilfeorganisation Deutsche Diabetes-Hilfe - Menschen mit Diabetes (DDH-M) www.ddh-m.de vertreten.

Spendenkonto Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE59 1002 0500 0001 1888 00, BIC: BFSWDE33BER
