

# Medizinischer Leitfaden

## Medizinische Folgevisite

### Ich beobachte meinen Cholesterinwert



Ein Cholesterinüberschuss im Blut kann zu schwerwiegenden Komplikationen führen. Daher wird jeder Person eine Messung des Cholesterinspiegels empfohlen. Ganz besonders empfehlenswert ist eine solche Messung in bestimmten Fällen.

### Warum soll mein Cholesterinspiegel gemessen werden?

- Wenn ein Cholesterinüberschuss im Blut nicht behandelt wird, hat dies schwerwiegende Komplikationen zur Folge. Cholesterin verstopft Arterien, insbesondere diejenigen, die das Herz, das Gehirn, die Nieren und die Beine mit Blut versorgen.
- Ein Cholesterinüberschuss kann verschiedene Ursachen haben. Eine wichtige Ursache ist die Ernährung. Das Risiko für einen erhöhten Cholesterinspiegels steigt, wenn man zu viele Fette tierischen Ursprungs verzehrt: Innereien, Wurstwaren, Fleisch, Milch, Eier, Butter. Regelmässiger Alkoholkonsum und Übergewicht werden oft mit einem Cholesterinüberschuss in Verbindung gebracht.

### Wann wird mein Cholesterin gemessen?

Dies hängt von mehreren Faktoren ab: dem Alter, der familiären Krankengeschichte, bestimmten Risikofaktoren (Tabak- und/oder Alkoholkonsum, Lebensweise ...). Empfohlen wird eine erste Messung zu Beginn des Erwachsenenalters, d.h. zwischen dem 18. und dem 30. Lebensjahr.

Eine Messung des Gesamtcholesterins kann ausreichend sein. Um einen genaueren Überblick zu erhalten, führt man jedoch im Allgemeinen auch eine Lipiduntersuchung durch, die darüber hinaus eine Messung von Triglyceriden, HDL-Cholesterin («gutes Cholesterin») und LDL-Cholesterin («schlechtes Cholesterin») einschliesst.

Diese Ergebnisse dürfen nicht isoliert interpretiert werden. Die Gefahr für Herz-Kreislauf-Erkrankungen hängt nicht nur vom Cholesterinspiegel ab.

Bei der Bestimmung der Zeitabstände zwischen den Messungen und der Notwendigkeit für eine Anti-Cholesterin-Behandlung müssen verschiedene Risikofaktoren berücksichtigt werden.

Die Beurteilung wird anders ausfallen, je nachdem, ob man nur einen erhöhten Cholesterinspiegel hat oder auch an Diabetes leidet und in der Familie Herz-Kreislauferkrankungen aufgetreten sind.

### **Spielt Vererbung eine Rolle?**

Wenn ein Elternteil ebenfalls an einem Cholesterinüberschuss leidet, ist das Risiko für die Kinder deutlich erhöht.

### **Können die von mir eingenommenen Medikamente meinen Cholesterinspiegel erhöhen?**

Bestimmte Medikamente, insbesondere die Antibabypille, können zu einer Erhöhung des Cholesterinspiegels beitragen.

Reichhaltige Ernährung, Übergewicht, Alkohol- oder Tabakkonsum, die Einnahme der Antibabypille und eine familiäre Krankengeschichte, aus der Probleme mit Cholesterin bekannt sind, sollten Sie dazu veranlassen, Ihren Cholesterinspiegel messen zu lassen.