



## Informationen zum Vortrag

*Mistelbach, 28. Mai*

# Innere Medizin: Die stillen Killer – Cholesterin und andere Risikofaktoren

Ass. Dr. Andreas Treipl

### Das Wichtigste auf einen Blick

Als sehr symptomarme Risikofaktoren gelten ein erhöhtes **LDL-Cholesterin**, ein unentdeckter **Diabetes** und eine **Niereninsuffizienz**. Alle drei Faktoren tragen wesentlich zum kardiovaskulären Risikoprofil bei und können unbehandelt schwere Erkrankungen wie Schlaganfälle oder Herzinfarkt provozieren oder auslösen.

Die Menge des LDL-Cholesterins wird im wesentlichen durch unsere Ernährung und körperliche Bewegung beeinflusst. Es fördert überschüssiges Cholesterin von der Leber zu beinahe jeder Zelle im Körper. Auf dem Weg dorthin lagert sich LDL-Cholesterin in die Blutgefäßwände ein und verengt diese. Je nach Lokalisation der Gefäßenge können ein Schlaganfall, ein Herzinfarkt oder eine Durchblutungsstörung in den Beinen die Folge sein. Vorerkrankungen entscheiden darüber, welcher LDL-Cholesterinwert im Blut angestrebt wird.

Im Grunde werden zwei Diabetesformen unterschieden:

- Typ I Diabetes: Der Körper produziert kein Insulin. Das Hormon muss in Form von Spritzen zugeführt werden.
- Typ II Diabetes: Die Sensibilität des Körpers auf das noch vorhandene Insulin ist reduziert. Diese Form wird oft als „Altersdiabetes“ beschrieben, obwohl diese Erkrankung aufgrund der steigenden Zahl an Übergewicht auch schon bei jungen Erwachsenen auftritt.

Weitere Informationen zu MeinMed erhalten Sie auf [MeinMed.at](http://MeinMed.at)



Nierenerkrankungen haben zahlreiche Ursachen und sollten bei auffälligen Blut- und Harnbefunden, wenn möglich von einem Nephrologen betreut werden. Warnsignale sind durch Wassereinlagerungen entstandene Schwellungen am Körper verbunden mit schäumendem Harn.

### **Neue Erkenntnisse und Aktuelles**

Zur Reduktion des LDL-Cholesterins gibt es zahlreiche Medikamente. Neue Therapieansätze in Form von Spritzen bieten vor allem bei Medikamenten-unverträglichkeit eine Alternative.

Hinsichtlich Diabetes gibt es eine Vielzahl an neue Substanzen. Medial wird vor allem die „Abnehmspritze“ beworben. Diese sollte, wie alle Medikamente, nur in Rücksprache mit einer/m Ärztin/Arzt eingesetzt werden.

### **Das können Sie selbst tun**

Die Grundpfeiler eines gesunden Körpers sind die **körperliche Bewegung** und eine **ausgewogene Ernährung**. Obwohl dies zur Reduktion aller Risikofaktoren führt, trifft diese Empfehlung besonders hinsichtlich des LDL-Cholesterins und dem Diabetes zu. Ernährung und Bewegung haben hier einen umso stärkeren Einfluss auf den Krankheitsverlauf.

Nach stattgefundenen Ereignissen wie Herzinfarkt oder Schlaganfall können durch Bewegung und optimale Ernährung allein die empfohlen niedrige Werte nicht erreicht werden, weshalb Medikamente notwendig sind.

Einmal jährlich sollte eine **Vorsorgeuntersuchung** beim Hausarzt erfolgen. Diese beinhaltet im Regelfall eine Blutuntersuchung mit all diesen Risikofaktoren. Und im Idealfall auch eine Harnuntersuchung, wo asymptotische Nierenerkrankungen ebenfalls früh erkannt werden können.