



LDL: Kennen Sie Ihre Werte?

Cholesterin. Erhöhte Cholesterinwerte sind ein Risikofaktor für Herz-Kreislauferkrankungen dar. Die „Cholesterin Allianz“ setzt auf Bewusstseinsbildung.

Cholesterin Allianz/KL. „Aktuelle Studien bestätigen, dass ein dauerhaft niedriger LDL-Wert – idealerweise bereits ab der Jugend – das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall signifikant reduziert“, sagt Prof. Dr. Martin Clodi (Vorstand der Abteilung Innere Medizin am Krankenhaus Barmherzige Brüder Linz, Präsident der Cholesterin Allianz). Das Bewusstsein für die Risiken erhöhter LDL-Cholesterinwerte sei aber in der Bevölkerung immer noch unzureichend. Um diesem Missstand zu begegnen, wurde die Initiative „Aktiv gegen hohes Cholesterin“ ins Leben gerufen – eine breit angelegte Kampagne zur Aufklärung und Prävention, organisiert von der Cholesterin Allianz und der Österreichischen Gesellschaft vom Goldenen Kreuze (ÖGGK).

„Vier von fünf aller Herz-Kreislauftodesfälle werden durch Herzinfarkte und Schlaganfälle verursacht. Und 28 Prozent dieser Todesfälle stehen in Zusammenhang mit erhöhtem LDL-Cholesterin“, mahnt Clodi. Bereits in der Altersgruppe der 18- bis 29-jährigen erreichen hierzulande nur etwa zwei Drittel der Frauen und drei Viertel der Männer die empfohlenen Zielwerte für das Gesamtcholesterin – mit abnehmender Tendenz in zunehmendem Alter. Zudem weist Clodi darauf hin, dass zwar viele Menschen den Begriff Cholesterin kennen, jedoch nicht ihre individuellen Werte. Genau darin liege eine zentrale Botschaft: In den USA bringe man es mit dem Leitsatz „Know your numbers“ (dt.: Kennen Sie Ihre Werte) auf den Punkt.

Frühes Handeln zählt sich aus

Die Senkung des LDL-Cholesterinspiegels eine zentrale Rolle bei der Vorbeugung von Herz-Kreislaufer-

krankungen. Auch die Weltgesundheitsorganisation (WHO) und das österreichische Gesundheitsministerium haben diese Thematik laut Clodi bereits politisch in ihren jeweiligen Agenden verankert.

„Die European Atherosclerosis Society betont, dass das Risiko für koronare Herzkrankheiten direkt mit der kumulativen Exposition gegenüber LDL-Cholesterin korreliert“, so Clodi. Wer früh gegensteuert, könne daher Ablagerungen in den Gefäßen verlangsamen und langfristig vorbeugen.

Diabetes und Adipositas

Patientinnen und Patienten mit Diabetes mellitus tragen ein hohes Risiko für kardiovaskuläre Erkrankungen. Für sie wird ein LDL-Zielwert von unter 55 mg/dl empfohlen. Auch Übergewicht sei mit einem ungünstigen Lipidprofil verbunden.

Besonders kritisch ist die Risikokonstellation aus Adipositas, hohem LDL-Cholesterin und einem gleichzeitig erhöhten Lipoprotein(a)-Spiegel (Lp(a)).

(Zukünftige) Medikamente

Bei Statin-Unverträglichkeit oder unzureichender Wirkung stehen mit PCSK9-Hemmern laut Clodi effektive Alternativen zur Verfügung:

„Diese Medikamente können das LDL-Cholesterin um bis zu 60 Prozent senken und sind mittlerweile fester Bestandteil der klinischen Praxis, insbesondere bei Hochrisikopatientinnen und -patienten. Die Kombination von PCSK9-Hemmern mit Statinen zeigt additive Effekte und ermöglicht es, selbst ambitionierte LDL-Zielwerte zu erreichen“, sagt Clodi.

Auch auf die häufig unterschätzte Bedeutung von Lp(a) – einem erblich bedingten Risikofaktor für Herz-Kreislauferkrankungen – soll aufmerksam gemacht werden. Prof. Dr. Thomas Stulnig (Vorstand der 3. Medizinischen Abteilung Innere Medizin an der Klinik Hietzing) verweist darauf, dass rund 20 Prozent der Bevölkerung erhöhte Lp(a)-Spiegel aufweisen, was mit einem erhöhten Risiko für Herzinfarkt, Schlaganfall und Atheroskle-



Treten gegen den „stillen Killer“ auf. Martin Clodi, Karin Hawlisch-Höfnerl, Erika Sander und Thomas Stulnig (v. l. n. r.) © Cholesterin Allianz/APA-Fotosevice/Tanzer

Info

Die Akteure hinter der Initiative

Die „Cholesterin Allianz“ ist ein Zusammenschluss heimischer Expertinnen und Experten mit dem Ziel, die Bedeutung von LDL-Cholesterin noch stärker ins öffentliche und gesundheitspolitische Bewusstsein zu rücken und wirksame Therapien zu etablieren.

Die Österreichische Gesellschaft vom Goldenen Kreuze (ÖGGK) ist ein gemeinnütziger Verein mit über 130-jähriger Tradition, der sich der Gesundheitsförderung und Prävention über alle Lebensphasen hinweg widmet.

rose verbunden ist. „Doch leider haben weder Lebensstiländerungen noch herkömmliche Cholesterinsenker merkbaren Einfluss auf Lp(a). Die frühzeitige Identifikation und das Verständnis seiner Rolle können aber entscheidend zur Prävention kardiovaskulärer Erkrankungen beitragen“, sagt Stulnig. Während PCSK9-Hemmer Lp(a) um etwa 20-25 Prozent senken, zeigen neue Therapieansätze wie Antisense-Oligonukleotide und siRNA Medikamente in Studien eine deutlich stärkere Wirkung. Ergebnisse aus Phase-III-Studien werden für 2026 erwartet.

Wissensvermittlung entscheidend

Aufklärung und Sensibilisierung in der Bevölkerung sind zentrale Anliegen der Cholesterin Allianz. Um diesem Ziel näherzukommen, wurde gemeinsam mit der Österreichischen Gesellschaft vom Goldenen Kreuze die Kampagne „Aktiv gegen hohes Cholesterin“ ins Leben gerufen. Ein zentraler Bestandteil der Initiative war eine österreichweite Tour mit dem ÖGGK Health Mobil – einem „Gesundheitszentrum auf Rädern“.

Wie Mag. Erika Sander, Generalsekretärin der ÖGGK, erläutert, konnten Interessierte an fünf Standorten ohne Voranmeldung ihre Wer-

te zu LDL-Cholesterin, HbA1c (Blutzucker) und Blutdruck messen lassen. Die Ergebnisse lagen innerhalb weniger Minuten vor und wurden durch individuelle Empfehlungen ergänzt. Bei Bedarf erfolgte eine Weiterleitung zur vertiefenden Abklärung an Haus- oder Fachärztinnen und -ärzte. Ziel der Aktion war es, die Bedeutung regelmäßiger Vorsorgeuntersuchungen auf niedrigschwellige Weise bewusst zu machen, führt Sander aus.

Health-Mobil-Tour Ergebnisse

Bei den Tests im Rahmen der Health-Mobil-Tour zeigten sich teils alarmierende Ergebnisse: Ein erheblicher Anteil der 273 Teilnehmerinnen und Teilnehmer – trotz durchschnittlichem Alter von 62 Jahren und häufiger Dauermedikation – wies erhöhte Werte bei Cholesterin, Blutzucker und Blutdruck auf. Auch familiäre Vorbelastungen waren häufig. Obwohl die Daten nicht repräsentativ sind, sehen die Expertinnen und Experten darin einen klaren Handlungsauftrag, weiterhin intensiv auf die Bedeutung von Vorsorgeuntersuchungen aufmerksam zu machen und über neueste wissenschaftliche Erkenntnisse zu informieren.

Ausblick

„Die frühzeitige Identifikation von erhöhtem LDL-Cholesterin und Lp(a) ist entscheidend“, betont Dr. Karin Hawlisch-Höfnerl (Zentrum für Innere Medizin). Besonders bei familiärer Hypercholesterinämie – einer der häufigsten genetischen Erkrankungen – sei eine frühe Diagnose und Behandlung unerlässlich, um das Risiko für Herz-Kreislauferkrankungen deutlich zu senken. Daher werde empfohlen, bereits im Jugendalter Cholesterinwerte zu bestimmen und gegebenenfalls therapeutisch zu handeln.

Initiativen wie die Tour mit dem ÖGGK Health Mobil können laut Hawlisch-Höfnerl zwar „Bewusstsein schaffen und eine Initialzündung sein“, doch langfristig wäre es wichtig, die Bestimmung von LDL-Cholesterin und Lp(a) in die Vorsorgeuntersuchung aufzunehmen, sagt die Expertin.