

# Krank, ohne es zu wissen

Zu hohe Cholesterin-Werte sind der Risikofaktor Nummer 1 für einen Herzinfarkt, sagt Dr. Franz Heigl. Doch zu häufig bleibt die Erkrankung unentdeckt. Mit einem Aktionstag will das MVZ Kempten-Allgäu aufklären.

Von Kerstin Futschik

**Kempten/Oberallgäu** Zu hohes Cholesterin ist ein Problem bei älteren, übergewichtigen Männern? Nein, sagt Dr. Franz Heigl, Leiter des Medizinischen Versorgungszentrums (MVZ) Heigl-Hettich. Cholesterin sei ein Thema, das alle Menschen betrifft. Tückisch daran: Oft bleiben schlechte Werte unerkant. Der Facharzt will aufklären.

Ältere, übergewichtige Männer seien keine typischen Cholesterin-Patienten, sagt Heigl. Bei ihnen seien häufig die Triglyceride erhöht, eine andere Art von Blutfetten. Cholesterin ist aufgeteilt in HDL und LDL. HDL schadet dem Körper nicht, LDL schon. Denn es lagere sich in den Blutgefäßen ab und könne diese verstopfen – Atherosklerose genannt. Arteriosklerose, die „Gefäßverkalkung“, ist eine Folge davon.

Erhöhtes LDL sei deshalb „der Risikofaktor Nummer 1 für Herzinfarkte“, sagt Heigl. Zwei Drittel

der Erwachsenen hätten eine Fettstoffwechselstörung – der Großteil davon erhöhtes LDL. Doch die Hälfte der Betroffenen wisse nichts davon. Denn Symptome treten in der Regel keine auf.

Nun meinen viele Menschen, dass hohen Cholesterin-Werten mit Bewegung und gesunder Ernährung beizukommen sei. Das stimme auch, sagt Heigl. Aber der Effekt sei nicht so stark, wie oft geglaubt. „Nur ein Drittel des Cholesterins im Körper nehmen wir über die Ernährung auf“, erklärt der Facharzt. Den

Rest produziere der Körper selbst. Von erhöhten Werten seien Menschen betroffen, die das Cholesterin nicht abbauen können – aufgrund fehlender Cholesterin-Rezeptoren in der Leber, die das Blutfett verdauen. Das sei eine Frage der genetischen Veranlagung, die jeder in sich tragen kann, unabhängig von Alter und Geschlecht. Die gute Nachricht: „Es gibt eine

Vielzahl von Medikamenten, die den Cholesterinspiegel deutlich senken und damit das Herzinfarktrisiko minimieren können.“

Heigl ist sehr wichtig, die Bevölkerung darüber zu informieren. Zumal die Bestimmung des LDL-Wertes nicht zu den Routineuntersuchungen gehöre. Bei einem Aktionstag am 23. Juni können Besucher dagegen ihre HDL- und LDL-Werte untersuchen lassen.

Das MVZ wird dabei unterstützt von der AOK und der Gesundheitsregion Plus. Markus Weber ist Geschäftsführer dieses Zusammenschlusses der Stadt Kempten und des Landkreises Oberallgäu. Neben der Verbesserung der Versorgung und der Pflege gehört die Prävention zu den Aufgaben. „Da spielt das Cholesterin mit rein.“

Einen Tag nach dem deutschlandweiten „Tag des Cholesterins“

am 16. Juni beginnt die Allgäuer Gesundheitswoche mit 70 Veranstaltungen zu verschiedenen Themen in Kempten und im Oberallgäu – darunter auch der Aktionstag im MVZ. „Wir wollen auch Leute ansprechen, die sonst nicht zum Arzt gehen“, sagt Weber. Er selbst

kennt seine Blutfett-Werte und freut sich über einen hohen HDL-Anteil.

Zu den wichtigen Blutfett-Werten gehört laut Heigl auch Lipoprotein (a), mit ähnlichen Risiken wie LDL. Ob es erhöht ist oder nicht, sei genetisch bedingt. Es könne weder

durch Ernährung noch durch Medikamente beeinflusst werden. Etwa 20 Prozent der Menschen seien betroffen, aber nur teilweise mit gleichzeitig erhöhten LDL-Werten. Die Gefahr, dass es nicht erkannt wird, sei daher hoch, sagt Heigl. Die Forschung arbeite an Therapien. So lange gelte es, das LDL zu senken und Risikofaktoren wie Rauchen oder Bluthochdruck zu

minimieren. Nehme die Verstopfung der Blutgefäße trotzdem zu, stehe die Apherese zur Verfügung – ein Blutreinigungsverfahren zur Entfernung von Lipoprotein (a) und LDL. „Dadurch kann das Herzinfarkt-Risiko um bis zu 90 Prozent reduziert werden.“

## Gesundheit und Cholesterin

• **Allgäuer Gesundheitswoche:** Die Woche startet am Samstag, 17. Juni, um 10 Uhr mit einer Auftaktveranstaltung im Thomas-Dachser-Auditorium der Hochschule Kempten. Neben Grußworten wird Prof. Dr. Jens Bucksch aus Heidelberg zum Thema „Gesundheitsförderung mit der Kommune nachhaltig gestalten“ zu hören sein. Weitere Veranstaltungen unter [www.allgaeuer-gesundheitswoche.de](http://www.allgaeuer-gesundheitswoche.de)

• **Aktionstag:** Das MVZ Kempten-Allgäu bietet am Freitag, 23. Juni, von 11 bis 17 Uhr kostenlose Blutfettmessungen an. (kes)



Dr. Franz Heigl



Markus Weber