

L

LEBEN

Südostschweiz | Mittwoch, 2. September 2015



Grosses Potenzial: Warum es bei den erneuerbaren Energien nur langsam vorwärts geht. SEITE 17

möbel
stocker
für Möbel & Einrichtungen

DAS
isch Service!
Polstergruppe CASTELL
aus Leder von Artanova
CHF 5'990.-
statt CHF 8'092.-

stocker
center
Masanserstrasse 136
CH-7001 Chur

Ratgeber

Cholesterinwerte oder Menschen behandeln

von **Rico Stocker**
Allgemeinmediziner
mit eigener Praxis in Davos



Die Daten in der Sekundärprävention, das heisst, wenn jemand schon ein Ereignis wie einen Herzinfarkt durchgemacht hat, sind gut erforscht und bekannt. Was nicht so klar ist, sind die Daten in der Primärprävention, also ob Leute, die noch nie Probleme hatten mit den Gefässen und vielleicht Eltern haben, die schon über 90 Jahre alt sind, überhaupt behandelt werden sollten.

Risikofaktoren minimieren

Sinnvoller scheint die Motivation zu einer gesunden Lebensweise als die Kosmetik von Laborwerten. Dazu gehört genügend Bewegung, die Beratung zu einer mediterranen Ernährung, Gewichtsreduktion und der Rauchstopp. Bei Familien mit risikoreichem Fettprofil im Blut ist die Sache auch wieder eindeutig, und man soll ein Medikament einsetzen. Um diese Formen eher zu finden, macht eine Blutuntersuchung der Fettwerte in jedem Alter einmal Sinn, bei Männern sicher über 35 und bei Frauen sicher über 45, vor allem wenn weitere Risikofaktoren für Herz-Kreislauf-Krankheiten bestehen, wie Rauchen, hoher Blutdruck, Übergewicht, Zuckerkrankheit und familiäre Ereignisse wie Herzinfarkt oder Hirnschlag in der Familie.

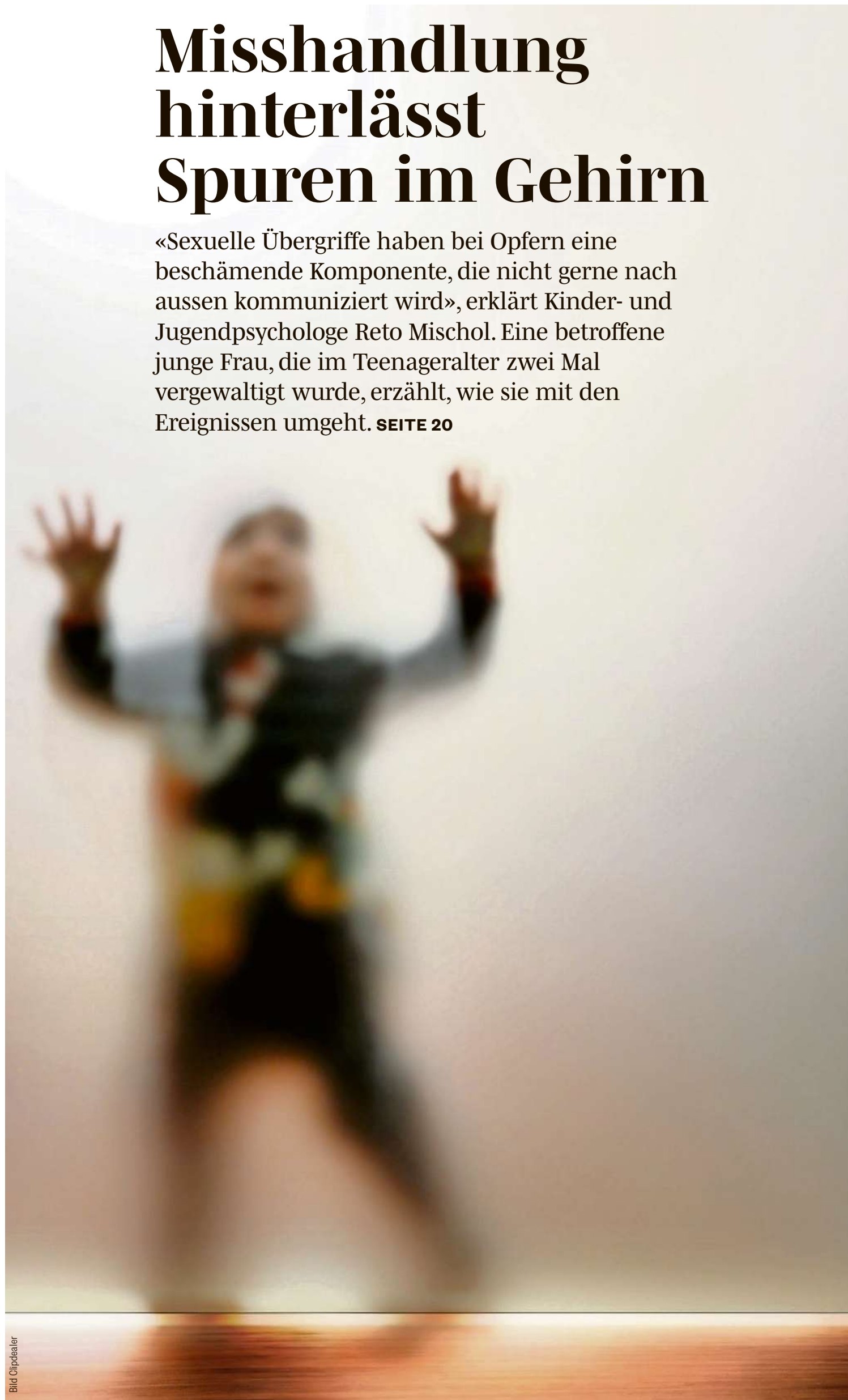
Weitere Faktoren, die einen Einfluss auf die Fettwerte haben, sind ebenfalls zu suchen: Schilddrüsenwerte, Leber- oder Nierenleiden, Magersucht oder Schwangerschaft, Alkoholüberkonsum, schlecht eingestellter Diabetes mellitus, Übergewicht oder diverse Medikamente. Gelegentlich macht es Sinn, die Gefässdicke an gut sichtbaren Gefässen mit Ultraschall zu messen.

Richtige Medikamentenwahl

Medikamente machen andererseits aus meiner Sicht vor allem Sinn bei Hochrisikopatienten und Patienten, die schon an einem Gefässproblem leiden. Auf dem Schweizermarkt sind fünf Statine erhältlich, die den Aufbau von Cholesterin hemmen. Die meisten gibt es als Generika. Für hartnäckige Fälle macht die Kombination mit einem Cholesterinaufnahmehemmer Sinn. Eine Kombination existiert auch mit einem Fibrat, was vor allem die Triglyceride hemmt. Wer einen Cholesterinsenker, ein Statin, schluckt, kann Muskelschmerzen bekommen und sollte die Leberwerte kontrollieren lassen. Wenn die Muskelwerte oder Leberwerte im Blut ansteigen, soll die Medikamentendosis reduziert oder bei fehlendem Effekt dieser Massnahme sogar abgesetzt werden.

Misshandlung hinterlässt Spuren im Gehirn

«Sexuelle Übergriffe haben bei Opfern eine beschämende Komponente, die nicht gerne nach aussen kommuniziert wird», erklärt Kinder- und Jugendpsychologe Reto Mischol. Eine betroffene junge Frau, die im Teenageralter zwei Mal vergewaltigt wurde, erzählt, wie sie mit den Ereignissen umgeht. SEITE 20



Blieben Sie tagsüber auf dem Laufenden

Über die Kanäle der Südostschweiz (Twitter, Facebook und Online) sind Sie stets gut informiert und unterhalten.



Twitter
@suedostschweiz



Facebook
Südostschweiz



Online
suedostschweiz.ch

Bild: Clipdealer