



Gesundheitsvorsorge

LIS

Johann, 48 Jahre
Bluthochdruck



1994.0902

Herz und Kreislauf

Informationen für Patienten

Viele Risiken für Herz- und Kreislauf

Cholesterin und zu wenig „gutes“ HDL-Cholesterin im Blut, Bluthochdruck, Diabetes mellitus, Rauchen, Herzinfarkte bei Eltern oder Geschwistern vor dem 55. Lebensjahr (Männer) oder 65. Lebensjahr (Frauen) sowie das eigene höhere Lebensalter zählen zu den Hauptrisikofaktoren.

Außerdem können etwa Bewegungsmangel, sehr fett- und zuckerhaltige Ernährung, Übergewicht, Fettstoffwechselstörungen und genetische Faktoren zur Entstehung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen beitragen.



Die häufigste Ursache: Gefäßverkalkung

Die Blutgefäße bilden das Verkehrsnetz unseres Körpers. Sie versorgen alle Organe und das Gewebe mit sauerstoffreichem Blut und Nährstoffen. Kommt es hier zu Engpässen oder Staus, drohen Herzinfarkt bzw. Schlaganfall.

Dabei bilden sich z. B. im Vorfeld sogenannte Plaques – zumeist durch Ablagerung von Cholesterin oder anderen Fetten wie den Triglyceriden in den Gefäßwänden. Verkalken diese Ablagerungen, gibt es kein Zurück: Es besteht eine bleibende Verengung, die den Blutfluss einschränkt. Sind Gefäße am Herzen dauerhaft verengt, sprechen Ärzte von einer Koronaren Herzkrankheit – kurz KHK. Werden diese fortschreitenden Verengungen nicht gestoppt oder kommen weitere Risiken hinzu, dann steigt die Wahrscheinlichkeit, einen Herzinfarkt zu erleiden.

Ihr persönliches Risiko? Bestimmte Blutwerte geben Auskunft

Mithilfe von Blutuntersuchungen lässt sich feststellen, ob ein erhöhtes Herz-Kreislauf-Risiko besteht. Blutfettwerte sind ein wichtiger klassischer Risikofaktor: Hohe LDL-Cholesterin- und Triglyceridwerte sowie eine niedrige Konzentration des HDL-Cholesterins sind Alarm-signale. Darüber hinaus gibt es weitere Risikofaktoren. Diese können dafür verantwortlich sein, dass auch Menschen mit „normalen“ Blut-fettwerten und ohne sonstige Risiken eine Herz-Kreislauf-Erkrankung erleiden. Da die Fachgesellschaften eine routinemäßige Untersu-chung des Blutes zur Ermittlung weiterer Risikofaktoren derzeit nicht empfehlen, übernehmen die Krankenkassen die Kosten dafür nicht. Besprechen Sie mit Ihrem Arzt, welche Untersuchungen für Sie even-tuell sinnvoll sind, um Ihr persönliches Risikoprofil zu bestimmen.

Lipoprotein (a)

Lipoprotein (a) Das Lipoprotein (a), kurz Lp(a), transportiert Fette durch das Blut. Es gehört zu den Lipoproteinen mit geringer Dichte (LDL), also dem „schlechten“ Cholesterin. Zahlreiche Studien haben nachgewiesen, dass das Herzinfarkt- und Schlaganfallrisiko steigt, wenn das Blut zu viel Lp(a) enthält.

Lipoprotein (a) erhöht? Dann andere Risiken minimieren!

Wieviel Lipoprotein (a) die Leber bei einem einzelnen Menschen produziert, ist vor allem genetisch bedingt. Da die Lp(a)-Konzentration nicht direkt beeinflusst werden kann, ist es umso wichtiger, dass Menschen mit hohen Lp(a)-Werten andere Risikofaktoren vermeiden oder behandeln lassen. Eine Bestimmung des Lp(a)-Spiegels ist dann sinnvoll, wenn bereits vor dem 60. Lebensjahr eine Gefäßverkalkung besteht, in der Familie häufig die Cholesterinwerte aus dem Ruder laufen oder Medikamente, die das Cholesterin senken sollen, nicht anschlagen.

Apo A und Apo B

Das sogenannte Apolipoprotein A, kurz Apo A, hält die „guten“ HDLMoleküle zusammen und transportiert diese. Mangelt es an Apo A, mangelt es auch am „guten“ HDL. Niedrige Apo-A-Konzentrationen im Blut weisen auf ein hohes Herz-Kreislauf-Risiko hin. Eine andere Variante, das Apolipoprotein B (Apo B), ist wichtiger Bestandteil des „schlechten“ LDLCholesterins. Hohe Apo-B-Werte stellen einen Risikofaktor dar, weil Apo B unter anderem die Anhäufung von Cholesterin im Blut und damit die Gefäßverkalkung fördert. Besonders aussagekräftig ist das Verhältnis von Apo B zu Apo A: Je mehr Apo B und je weniger Apo A im Blut ist, desto höher ist das Risiko für eine Arterienverkalkung.

Homocystein

Beim Abbau von Eiweißen entsteht Homocystein. Bei gesunden Menschen wird Homocystein mithilfe der Vitamine B6 und B12 sowie Folsäure und verschiedener Enzyme schnell weiterverarbeitet. Normalerweise ist also wenig Homocystein im Blut zu finden. Mangelt es jedoch an Abbauhilfern, kann sich Homocystein im Blut ansammeln. Dadurch wird die dünne Innenschicht der Blutgefäße geschädigt – Blutgerinnung sowie Blutplättchen werden aktiviert und es steigt die Gefahr von Blutgerinnseln. Eine ausgewogene, vitaminreiche Ernährung sorgt für ausgeglichene Homocysteinwerte. Bei besonders hohen Werten kann die Einnahme von Folsäure und Vitaminpräparaten sinnvoll sein.

hsCRP

Das hochsensitive C-reaktive Protein (hsCRP) gehört zum unspezifischen Immunsystem. Erhöhte Werte deuten auf einen entzündlichen Prozess hin. Auch die Gefäßverkalkung kann als schleichende chronische Entzündung betrachtet werden. Studien zeigen: Patienten mit dauerhaft erhöhten hsCRP-Werten haben ein höheres Risiko, einen Herzinfarkt oder einen Schlaganfall zu erleiden.

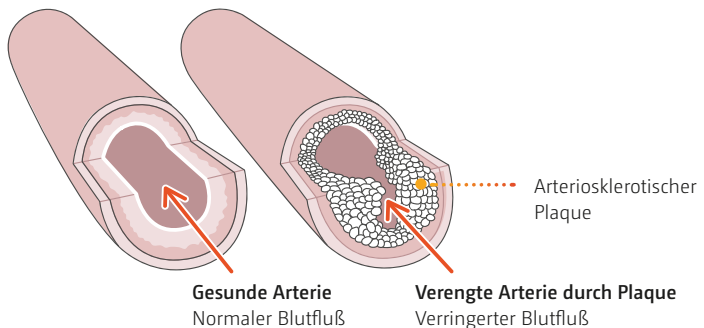
Adiponectin

Auch ein Hormon beeinflusst das Herz-Kreislauf-Risiko: das Adiponectin. Es ist an der Regulation des Fettund Zuckerstoffwechsels beteiligt. Adiponectin schützt die Gefäße vor Verkalkung. Menschen mit Übergewicht haben in der Regel weniger Adiponectin im Blut als Normalgewichtige. In Studien hat sich gezeigt, dass niedrige Adiponectin-Spiegel mit der Entwicklung eines Typ-2-Diabetes und von Herz-Kreislauf-Erkrankungen einhergehen. Je niedriger der Adiponectin-Spiegel ist, desto stärker sind die Herzkranzgefäße verkalkt – und desto höher ist das Herzinfarkttrisiko.

Empfohlene Laboruntersuchungen

- > Cholesterin, HDL-/LDL-Cholesterin, Triglyceride, Glukose
- > Lipoprotein (a), Homocystein, hsCRP
- > Apo A und Apo B
- > Adiponectin

Arteriosklerose – Gefäßverkalkung



Individuelle Gesundheitsleistungen

Die gewünschten medizinischen Leistungen und Laboruntersuchungen gehören nicht unbedingt zum Leistungsumfang der gesetzlichen Krankenversicherung. Ihre Krankenkasse ist somit nicht verpflichtet, die Kosten dafür ganz oder anteilig zu übernehmen. Sie können die Untersuchungen dann als individuelle Gesundheitsleistung (IGeL) durchführen lassen. Dafür bekommen Sie eine Rechnung, die Sie privat bezahlen. Die Laborergebnisse schicken wir Ihrer behandelnden Ärztin oder Ihrem Arzt.

Fragen Sie Ihren Arzt nach den Kosten für die gewünschte Untersuchung, und erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse, welche Kosten sie übernimmt!

Mehr über unser Labor und unsere Leistungen erfahren Sie unter www.lis.koeln

MVZ Labor im Sommershof GmbH
Ärztliche Leitung:
Dr. med. Christiane Boogen MBA

Privatärztliche Gemeinschaft
für Diagnostik Köln-Bonn

LÄDR Der Laborverbund
Dr. Kramer & Kollegen

Hauptstraße 71 – 73, 50996 Köln
Telefon +49 221 93 55 56-0
Telefax +49 221 93 55 56-99
post@lis.koeln, www.lis.koeln