

Wann ist der Cholesterinwert zu hoch?

Die Antwort auf diese Frage hängt zum einen vom Alter einer Person ab, zum anderen muss man das Gesamtcholesterin noch einmal genauer danach unterscheiden, ob es eher „gut“ oder „schlecht“ ist.

Damit das Cholesterin im Blut zu allen Körperzellen transportiert werden kann, verbindet es sich mit wasserlöslichen Eiweißstoffen. Es entstehen sogenannte Lipoproteine, d. h. Mischungen aus Fett- und Eiweißstoffen. Diese Lipoproteine unterscheiden sich in ihrer Zusammensetzung, d. h. dem Mischungsverhältnis aus Fett und Eiweiß.

Wichtig sind vor allem zwei Lipoproteine: die Low-Density (LDL)- und High-Density-Lipoproteine (HDL). Wegen seines hohen Lipidgehalts wird das LDL als „schlechtes“ Cholesterin bezeichnet und das HDL wegen seines geringeren Anteils als „gutes Cholesterin“. LDL-Cholesterin ist für den Körper besonders ungesund, weil es auf Dauer zu Ablagerungen in den Blutgefäßen, d. h. zu einer Verkalkung der Arterien führt (s. Abbildung).

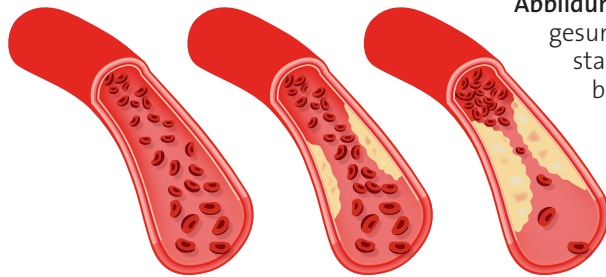


Abbildung: Das Blutgefäß links ist gesund, das Blut und seine Bestandteile können ohne Probleme weitergeleitet werden. Im Blutgefäß in der Mitte sehen Sie bereits Ablagerungen, die den Blutfluss stören. Man nennt sie auch Arterienverkalkung oder Plaques. Im rechten

Blutgefäß kam es durch die Ablagerungen bereits zu einem Gefäßverschluss. Es kann kein Blut mehr hindurchfließen. Wenn dieses Gefäß das Herz versorgt, kommt es zu einem Herzinfarkt. Versorgt es das Gehirn mit Blut, kommt es zu einem Schlaganfall.

Hohe HDL-Werte wirken sich dagegen günstig aus, weil die HDL-Teilchen das an den Gefäßwänden abgelagerte Cholesterin wieder lösen und zur Leber transportieren. Dort kann es abgebaut werden.

Möglichst wenig LDL-Cholesterin, möglichst viel HDL-Cholesterin!

Welches ist der Grenzwert für das LDL-Cholesterin?

Die Grenzwerte für das LDL-Cholesterin hängen vom Alter einer Person und möglichen anderen Gesundheitsproblemen oder Risiken ab.

Für Kinder vor der Pubertät liegt der Grenzwert für das LDL-Cholesterin bei 135 mg/dl (3,5 mmol/l).

- Bei Werten **zwischen 135 und 160 mg/dl** (3,5–4,1 mmol/l) spricht man von einem **erhöhten Wert**, der zunächst durch eine Umstellung der Ernährung behandelt werden kann.
- Liegt das LDL-Cholesterin **über 160 mg/dl** (4,1 mmol/l), aber noch unter 500 mg/dl (13 mmol/l), dann ist dieser Wert **deutlich erhöht**. Auch hier ist zunächst eine Umstellung der Ernährung sinnvoll.
- Bei einem LDL-Cholesterinwert **über 500 mg/dl** (13 mmol/l) handelt es sich um einen **extrem hohen Wert**. Eine Behandlung durch spezialisierte Kinderärzte in einem Zentrum für Fettstoffwechselstörungen ist erforderlich.



Für Erwachsene liegen die Grenzwerte für das LDL-Cholesterin etwas höher. Wenn keine weiteren Risikofaktoren für eine Herzerkrankung vorliegen, sollte der LDL-Wert unter 160 mg/dl (4,1 mmol/l) liegen. Je mehr zusätzliche Risikofaktoren (wie Rauchen, Bluthochdruck, Diabetes mellitus oder Zuckerkrankheit etc.) vorliegen, desto niedriger sind die angestrebten LDL-Cholesterinwerte.

Gibt es weitere Anzeichen für eine Hypercholesterinämie?

Bei sehr deutlich erhöhten LDL-Cholesterinwerten kann es zu Fettablagerungen in der Haut kommen. Sie sehen aus wie kleine gelbliche Knötchen entlang der Hautfalten an Händen oder Füßen. Im Bereich des Unterlides zeigen sie sich als gelbliche Ablagerungen. Aber längst nicht alle Kinder, deren LDL-Wert viel zu hoch ist, haben diese Anzeichen.

Ein anderer wichtiger Hinweis auf eine familiäre, d. h. ererbte Hypercholesterinämie ergibt sich dann, wenn es in der Generation der Großeltern oder sogar der Eltern sehr früh, d. h. vor dem 65. Lebensjahr bei Frauen oder sogar vor dem 55. bei Männern, zu einem Herzinfarkt oder einem Schlaganfall gekommen ist. Die Kran-