

Familiäre Hypercholesterinämie

Dr. Abidin Geles

Copyright - All Rights Reserved: This document and all other data on the homepage are not to publish or reproduce without the permission of the author Dr. Abidin Geles

www.medwissen.ch

Familiäre Hypercholesterinämie

Definition und Ursachen:

Genetische Erkrankung (heterozygot oder homozygot) mit dauerhaft hohem LDL-Cholesterin und Gesamt-Cholesterin. Oft kann eine Mutation (LDL-R, Apo B oder PCSK-9) festgestellt werden. Bei etwa 30% wird keine genetische Veränderung festgestellt. Es treten vorzeitige kardiovaskulären Erkrankungen. Homozygote Form hat viel höhere LDL-Cholesterin-Werte (450-1200) und kardiovaskulärer Ereignis tritt schon vor dem 20 Lebensjahr auf, während es bei heterozygoten Form vor dem 55. Lebensjahr auftritt.

Prävalenz: 1/300

Prävalenz für kardiovaskuläre Erkrankungen 18x höher.

Symptome:

- Vorerst keine Symptome
- Frühzeitige Gefäßveränderungen
- Kardiovaskulärer Ereignis (Herzinfarkt, andere Gefäßkomplikationen) schon bei jungen Erwachsenen

Diagnose

- Genetische Analyse
- Familienanamnese (frühe Infarkte in der Familie)
- Cholesterinbestimmung
- Ultraschalluntersuchung
- DLCN-Score (Dutch Lipid clinic Network): Bei 6-8 Punkten ist die Diagnose sehr wahrscheinlich, während es bei 0-2 Punkten eher unwahrscheinlich ist.

Therapie:

- Lebensstil verbessern
 - o Gesunde Ernährung
 - Senkung der Gesamtfettzufuhr, vor allem der gesättigten Fettsäuren (tierische Fette) auf unter 10% der Gesamtenergie
 - Erhöhung der mehrfach ungesättigten Fettsäuren (z.B. Rapsöl, Olivenöl) (bei einfachen auf bis zu 20% der Gesamtenergiezufuhr, bei mehrfachen auf bis zu 10%)
 - Ausschliesslich Rapsöl und Olivenöl verwenden
 - Cholesterin-Aufnahme unter 300 mg/Tag (1 Eigelb oder 120 g Butter oder 300 g Käse oder 120 g Leber oder 200 g Krabben)
 - Fettarme Ernährung

- Fettzufuhr unter 30% der Zugeführten Energie
- Alle fetten Speisen und fetthaltigen Lebensmittel möglichst vermeiden
- Tierische Eiweiße (Fleisch) durch pflanzlichen Eiweiß (Soja) ersetzen. Fettarme Fleischsorten und Milchprodukte
 - Zucker und gezuckerte Lebensmittel (Soft Drinks) vermeiden
- o Körperliche Aktivität
- o Übergewicht vermeiden
- Statine
 - o Einsetzbar schon ab dem 6. Lebensjahr
 - o Hemmen die körpereigene Cholesterinsynthese in der Leber
 - o LDL-Werte sollten bei Erwachsenen unter 70 mg/dl liegen
 - o Nebenwirkung: Muskelschwäche
- Cholesterin-Resorptionshemmer (Ezetimib)
- LDL-Apherese
 - o Bei schweren Formen
 - o Alle 1-2 Wochen

Bei Fragen / Feedback bitte E-Mail an abidin.geles@gmail.com
DANKE