

## Ratgeber

>> Gesundheit

### Lebensstil kann Fettwert im Blut kaum beeinflussen

Wiesbaden (dpa/tmn) - Auch ein gesunder Lebensstil kann den Fettgehalt im Blut nur teilweise verändern. Die Menge des Eiweißes Lipoprotein, das das Cholesterin im Blut transportiert, ist genetisch festgelegt.

Es kann weder durch Ernährung noch durch Änderung des Lebensstils beeinflusst werden. Darauf weist der Bundesverband Deutscher Internisten (BDI) in Wiesbaden hin. Falls Herz-Kreislauf-Erkrankungen sich innerhalb einer Familie häufen oder besonders früh auftreten, sollte deshalb neben dem Cholesterin immer auch der Lipoprotein-a-Wert bestimmt werden.

Lipoprotein a ist ein Eiweißkörper, der Cholesterin im Blut transportiert. Es kann entzündliche Prozesse in den Blutgefäßen hervorrufen und Ablagerungen an den Gefäßwänden - sogenannte Plaques - destabilisieren. Diese abgelösten Plaques können leicht den Blutfluss blockieren. Insbesondere bei Patienten, die trotz gut eingestellter Blutfettwerte immer wieder unter Gefäßerkrankungen leiden, kann Lipoprotein laut BDI die Ursache der Beschwerden sein. Der Verband bietet im Internet einen «interaktiven Blutwerte-Check» an. Mit seiner Hilfe könne jeder überprüfen, ob sein Lipoprotein-a- Wert im Normalbereich liegt.

#### Mehr im Internet

- Internisten im Netz: [www.internisten-im-netz.de](http://www.internisten-im-netz.de)