



FAMILIÄRE HYPERCHOLESTERINÄMIE

DAS KANN ICH TUN!

CHECKDEINHERZ.DE

# VERDACHT AUF FAMILIÄRE HYPERCHOLESTERINÄMIE – WAS NUN?



Gibt es in Ihrer Familie nahe Verwandte (Eltern, Geschwister, Kinder), die bereits früh einen hohen Cholesterinwert hatten?



Gibt es in Ihrer Familie nahe Verwandte, die vor dem 60. Lebensjahr eine Herz-Kreislauf-Erkrankung bekommen haben oder einen Herzinfarkt oder Schlaganfall erlitten haben?



Ist Ihr eigener Cholesterinwert erhöht?



Sind Sie selber bereits vor dem 60. Lebensjahr von einer Herz-Kreislauf-Erkrankung betroffen?

## EINER VON 300

Etwas zu erben muss nicht immer positiv sein.  
Geh' kein unnötiges Risiko ein.

Lass Dich checken.  
Jetzt. Ganz ohne Aufwand!

# AUF MICH TREFFEN EIN ODER MEHRERE DER OBEN GENANNTEN PUNKTE ZU!

Sprechen Sie zunächst Ihren Hausarzt gezielt auf die Möglichkeit der familiären Hypercholesterinämie an. Ihr Arzt sollte eine Bestimmung Ihres LDL-Cholesterin-Wertes veranlassen, auch wenn Sie noch sehr jung sind und/oder keine weiteren Risikofaktoren vorliegen. Bleiben Sie hartnäckig, falls Ihr Arzt die Untersuchung nicht durchführen möchte. **Je früher die Diagnose erfolgt, desto besser!**

## JA, MEIN WERT FÜR LDL-(HOLESTERIN IST ERHÖHT (> 190 mg/dl oder 4,9 mmol/l)

Durch weitere Untersuchungen sollte Ihr Arzt andere Ursachen für den erhöhten Cholesterinwert ausschließen (Leber-, Nieren-, Schilddrüsenerkrankungen, Diabetes, bestimmte Medikamente).

Es sollte eine ausführliche Familienanamnese erhoben werden und über einen Diagnosescore (z. B. DLCN) die Wahrscheinlichkeit einer FH-Diagnose abgeschätzt werden. Da FH vererbt wird, kann ihr Arzt Ihnen eine genetische Diagnostik anbieten. Ein negativer Befund schließt die FH jedoch nicht sicher aus, da bisher nicht alle verursachenden Veränderungen im Erbgut bekannt sind.



## DAS FOLGT FÜR MICH NACH DER FH-DIAGNOSE!

Wurde bei Ihnen eine FH diagnostiziert sollte Ihr Arzt zwingend eine blutfettsenkende Therapie einleiten, egal wie alt Sie sind und unabhängig von anderen Risikofaktoren.

**Ein erhöhtes Herz-Kreislauf-Risiko ist auch ohne das Vorliegen weiterer Risikofaktoren (Bluthochdruck, Übergewicht, Diabetes, Rauchen) gegeben!**

Die Therapie der FH beginnt immer mit der Verordnung eines Statins (blutfettsenkendes Medikament in Tablettenform). Statine sind in der Regel gut verträglich. Sollte es zu Nebenwirkungen kommen, kann in den meisten Fällen zunächst durch eine Verringerung der Dosis und eine anschließende schrittweise Erhöhung der Dosis eine gut verträgliche Dosierung gefunden werden. Auch der Wechsel des Statins ist möglich. Ist die Senkung des LDL-Cholesterins durch ein Statin alleine nicht ausreichend, können weitere Medikamente hinzugenommen werden.

Es kann außerdem ratsam sein, sich durch einen Lipidologen (Spezialist für Fettstoffwechselerkrankungen) beraten zu lassen. Ihr Hausarzt kann dafür eine Überweisung ausstellen.

**Das Finden der richtigen Therapie erfordert Zeit und Geduld!**



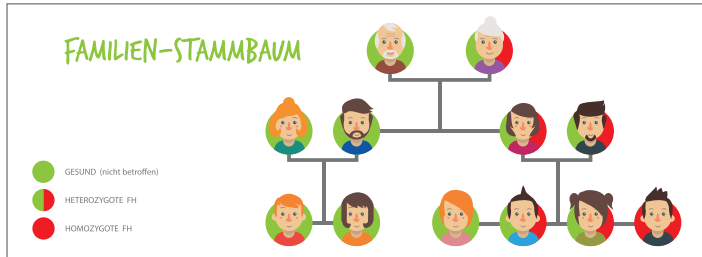
## DAS KANN ICH AUSSERDEM TUN!

Neben der Therapie mit Medikamenten sollten Sie auf einen gesunden Lebensstil achten. Rauchen erhöht das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Der Blutdruck sollte kontrolliert und ggf. durch Medikamente auf Normalwerte gebracht werden. Häufige Bewegung und eine ausgewogene, ballaststoffreiche Ernährung mit wenig tierischen Fetten und Einsatz von guten Ölen (Rapsöl, Olivenöl) können die Blutfettwerte positiv beeinflussen (max. 10% Reduktion für LDL-Cholesterin) und helfen das Körpergewicht zu normalisieren.



# DAS BEDEUTET DIE FH-DIAGNOSE FÜR MEINE FAMILIE!

Da die FH vererbt wird, ist ungefähr die Hälfte aller Verwandten ebenfalls betroffen – auch Ihre Kinder oder Enkel! Wurde die FH-Diagnose bei Ihnen gestellt, sollten alle nahen Familienmitglieder (Geschwister, Eltern, Kinder, Enkel) auf hohes LDL-Cholesterin getestet werden (ein Kaskadenscreening). Wird ein erhöhtes Cholesterin festgestellt, sollte auch bei diesen Personen eine weitere Diagnostik und baldige Therapie angestrebt werden.



Gerade Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene profitieren besonders von der frühen Diagnose, da bei Ihnen dadurch früh eine Therapie begonnen werden kann und das Risiko Herz-Kreislauf-Erkrankungen zu erleiden auf das Niveau einer nicht von FH betroffenen Person reduziert wird. Kinder und Jugendliche sollten immer einem Fettstoffwechsel-Spezialisten vorgestellt werden.



# HIER BEKOMME ICH JETZT INFORMATIONEN UND HILFE!

Die „Check Dein Herz“-Kampagne wurde durch das CaRe High-Projekt initiiert. CaRe High ist ein Patientenregister für FH-Patienten. Es dient dazu, Daten zum Verlauf der Erkrankung und zur Versorgungssituation der Patienten in Deutschland zu erheben, um mittelfristig eine Verbesserung und Standardisierung von Diagnostik und Therapie zu erreichen. Es werden ausschließlich Daten per Fragebogen erhoben. Es erfolgt keine Therapie oder Diagnostik durch CaRe High.

Mitarbeiter des CaRe High-Projektes sind gerne unverbindlich bei Fragen zur FH selbst und zur Diagnose und Therapie von FH behilflich. Wir stellen gerne Informationsmaterial für Patienten, ihre Verwandten und behandelnden Ärzte zur Verfügung und können auch Kontakte zu Fettstoffwechselspezialisten in Ihrer Umgebung herstellen. Wir unterstützen Sie gerne beim Kaskadenscreening.

Natürlich freuen wir uns über jeden Patienten oder Arzt, der sich am Patientenregister beteiligen möchte und dadurch zu einer Verbesserung der Versorgungssituation von FH-Patienten beiträgt.

**Die Teilnahme ist völlig freiwillig – jedoch sinnvoll.**



# FÜR IHRE FRAGEN ODER WEITERE INFORMATIONEN ...



Industriestraße 41 A  
68169 Mannheim

Telefon (0173) 1 889 272  
Telefax (03222) 3 375 971  
E-Mail [info@checkdeinherz.de](mailto:info@checkdeinherz.de)

[www.checkdeinherz.de](http://www.checkdeinherz.de)

Check Dein Herz – Eine Initiative des **CaRe High** Registers für Patienten mit Familiärer Hypercholesterinämie in Zusammenarbeit mit der D-A-CH-Gesellschaft Prävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen e. V.

