

Bluthochdruck und erhöhte Cholesterinwerte im jungen Erwachsenenalter wirken sich auf die spätere Herz-Kreislauf-Gesundheit aus

Datum: 09.09.2019

Original Titel:

Associations of Blood Pressure and Cholesterol Levels During Young Adulthood With Later Cardiovascular Events

DGP - Bluthochdruck und höhere Cholesterinwerte im jungen Erwachsenenalter erhöhten das Risiko, im späteren Erwachsenenalter eine Herz-Kreislauf-Erkrankung zu entwickeln. Zu diesem Ergebnis kamen Wissenschaftler, nachdem sie die Daten von mehr als 35000 Personen ausgewertet hatten. Interessant war, dass dieses erhöhte Risiko unabhängig von den Blutdruck- bzw. Cholesterinwerten im späteren Erwachsenenalter war.

Sowohl Bluthochdruck als auch erhöhte Cholesterinwerte (speziell erhöhte LDL-Cholesterinwerte) stellen einen [Risikofaktor](#) für Herz-Kreislauf-Erkrankungen dar. Doch gilt das auch schon im frühen Erwachsenenalter? Haben junge Erwachsene ein höheres Risiko, im späteren Leben an einer Herz-Kreislauf-Erkrankung zu erkranken, wenn sie einen zu hohen Blutdruck oder zu hohe Cholesterinwerte aufweisen - unabhängig von diesen Werten im höheren Alter? Dieser Frage gingen Wissenschaftler aus den USA nach.

Wissenschaftler werteten die Daten von mehr als 35 000 Teilnehmern aus

Zu diesem Zweck werteten die Wissenschaftler die Daten von 36 030 Teilnehmern aus, von denen die Cholesterin- und Blutdruckwerte gemessen wurden. Die Wissenschaftler untersuchten, ob die Personen im jungen Erwachsenenalter (18 bis 39 Jahre) bzw. im späteren Erwachsenenalter (mindestens 40 Jahre) von den genannten Risikofaktoren betroffen waren und welchen Einfluss das auf das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen ([koronare Herzkrankheit](#) (KHK), Herzschwäche, Schlaganfall) hatte. Die Hälfte der Teilnehmer wurde länger als 17 Jahre lang begleitet.

Bluthochdruck und erhöhte Cholesterinwerte im jungen Erwachsenenalter erhöhten das Herz-Kreislauf-Risiko

Während des Beobachtungszeitraums ereigneten sich 2862 Schlaganfälle, 4570 Teilnehmer erkrankten an KHK und 5119 Teilnehmer waren von einer Herzschwäche betroffen. Mithilfe spezieller statistischer Analyse stellten die Wissenschaftler fest, dass ein höherer LDL-Cholesterinwert (mindestens 100 mg/dl) im jungen Erwachsenenalter das Risiko für KHK um 64 % erhöhte (im Vergleich zu Werten unter 100 mg/dl) - und zwar unabhängig von den LDL-Cholesterinwerten im späteren Erwachsenenalter. Ähnlich sah das auch im Hinblick der Blutdruckwerte aus. Junge Erwachsene, die einen systolischen Blutdruck (oberer Blutdruckwert) von mindestens 130 mmHg hatten, hatten im Vergleich zu Personen, die im jungen Erwachsenenalter einen systolischen Blutdruck von unter 120 mmHg aufwiesen, ein um 37 % höheres Risiko für

Herzschwäche. Beim diastolischen Blutdruck (untere Blutdruckwerte) erhöhte sich das Risiko um 21 %, wenn diese im jungen Erwachsenenalter bei mindestens 80 mmHg lagen statt darunter.

Personen, die als junge Erwachsene unter Bluthochdruck oder erhöhten LDL-Cholesterinwerten litten, hatten ein erhöhtes Risiko, in ihrem späteren Leben an einer Herz-Kreislauf-Erkrankung zu erkranken – und zwar unabhängig von ihren Blutdruck- bzw. Cholesterinwerten im späteren Erwachsenenalter. Demnach scheint es auch in jungen Jahren schon sinnvoll zu sein, auf die genannten Risikofaktoren zu achten und diesen mit einem gesunden Lebensstil zu begegnen.

Referenzen:

Zhang Y, Vittinghoff E, Pletcher MJ, Allen NB, Zeki Al Hazzouri A, Yaffe K, Balte PP, Alonso A, Newman AB, Ives DG, Rana JS, Lloyd-Jones D, Vasan RS, Bibbins-Domingo K, Gooding HC, de Ferranti SD, Oelsner EC, Moran AE. Associations of Blood Pressure and Cholesterol Levels During Young Adulthood With Later Cardiovascular Events. *J Am Coll Cardiol.* 2019 Jul 23;74(3):330-341. doi: 10.1016/j.jacc.2019.03.529.



MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

Meine Fragen

Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am _____:

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“