

## Cholesterinsenker Statine und Co.: Wie sicher und verträglich sind sie?

### **Neuer Cholesterin-Podcast der Herzstiftung informiert über Nutzen und Risiken von Medikamenten zur Cholesterinsenkung**

Zur Senkung hoher Cholesterinwerte werden [Statine](#) als Mittel der Wahl eingesetzt, da sie wirksam vor Herzinfarkt und Schlaganfall schützen. Doch Berichte über Nebenwirkungen verunsichern viele Patienten – zumal der Nutzen der Medikamente in den Blutgefäßen nicht unmittelbar spürbar ist. Warum die Sorge in den allermeisten Fällen unnötig ist und wie sich ein Großteil der Nebenwirkungen durch eine gute Einstellung der medikamentösen Therapie verhindern lässt, erklärt Herzspezialist Prof. Dr. med. Ulrich Laufs vom Wissenschaftlichen Beirat der Deutschen Herzstiftung in der neuen Podcast-Folge „[Statine](#) & Co. gegen hohes Cholesterin. Wie sicher sind Medikamente?“ der Herzstiftung. „Durch kontrollierte Studien über mehrere Jahrzehnte können wir sagen, dass Statine sehr sichere und gut verträgliche Medikamente sind“, erklärt Laufs, der Direktor der Klinik und Poliklinik für Kardiologie am Universitätsklinikum Leipzig ist. Die neue Episode der Herzstiftungs-Podcast-Reihe „imPULS – Wissen für Ihre Gesundheit“ ist abrufbar unter [www.herzstiftung.de/wichtiges-wissen-cholesterin](http://www.herzstiftung.de/wichtiges-wissen-cholesterin)

### **„Ein hoher [Cholesterinspiegel](#) tut nicht weh“**

Ein hoher LDL-[Cholesterinspiegel](#) lässt sich bei den meisten Betroffenen mit Lebensstilmaßnahmen wie einer gesunden Ernährung nicht ausreichend senken. Helfen die Maßnahmen nicht, sind Statine die ersten Mittel der Wahl. Doch trotz der guten Studienlage zu Statinen stehen manche Menschen den Medikamenten skeptisch gegenüber. Dass so häufig über Nebenwirkungen, insbesondere über Muskelschmerzen berichtet wird, liegt aber nicht immer an den Statinen. „Muskuloskelettale Probleme treten in höherem Alter generell häufiger auf“, erklärt Laufs. Nicht immer seien die Statine Ursache für die Beschwerden. Vielmehr müsse in solchen Fällen untersucht werden, ob die Beschwerden möglicherweise zufällig zeitgleich aufgetreten sind. Umgekehrt würden die positiven Wirkungen der Medikamente nicht unmittelbar bemerkt. „Die Problematik liegt darin, dass ein hoher Cholesterinspiegel – ähnlich wie ein hoher Blutdruck, Zigaretten-Rauchen oder hoher Blutzucker – im Gefäß nicht weh tut“, erläutert der Kardiologe im Podcast unter [www.herzstiftung.de/wichtiges-wissen-cholesterin](http://www.herzstiftung.de/wichtiges-wissen-cholesterin) Auf lange Sicht fühlen sich Betroffene aber durchaus besser, wenn der Cholesterinspiegel und weitere Risikofaktoren gut eingestellt sind. Daher sollten Patienten bei Problemen die Statine keinesfalls einfach weglassen. „Ein cholesterinsenkendes Medikament abzulehnen, kann fatale Folgen haben, weil dadurch der Schutz vor Infarkten und anderen Komplikationen wegfällt.“

### **Was tun bei Nebenwirkungen?**

Treten tatsächlich Nebenwirkungen auf, lässt sich in den allermeisten Fällen durch einen Wechsel des Statins eine sorgfältige Einstellung der Dosierung oder eine Kombinationstherapie eine Medikation finden, die gut vertragen wird. Für Risikopatienten oder wenn herkömmliche Therapien nicht ausreichen, stehen neuere Behandlungsstrategien wie die Therapie mit Bempedoinsäure oder PCSK9-Hemmern zur Verfügung. Über diese und weitere Therapiemöglichkeiten berichtet

Herzspezialist Laufs in der neuen Podcast-Folge ausführlich.

### **Jetzt Reinhören!**

Alle Podcasts können auf der Herzstiftungs-Website unter [www.herzstiftung.de/podcasts](http://www.herzstiftung.de/podcasts) direkt gehört werden und sind ebenso bei den einschlägigen Podcast-Anbietern wie Spotify und Apple iTunes zu finden. Alle 14 Tage gibt es einen neuen „imPULS“-Podcast.

### **Weitere Informationen zu Statinen:**

[www.herzstiftung.de/ihre-herzgesundheit/gesund-bleiben/cholesterin/cholesterin-statine](http://www.herzstiftung.de/ihre-herzgesundheit/gesund-bleiben/cholesterin/cholesterin-statine)

Tipp: Ausführliche Informationen zu den Ursachen und Folgen hoher Cholesterinwerte sowie zu aktuellen Therapieempfehlungen finden Sie im Ratgeber „Hohes Cholesterin: Was tun?“, den Sie unter 069 955128-400 oder [bestellung@herzstiftung.de](mailto:bestellung@herzstiftung.de) kostenfrei bestellen können sowie auf unserer Homepage im Online-Beitrag [www.herzstiftung.de/cholesterin](http://www.herzstiftung.de/cholesterin)

### **Weitere Informationen:**

<http://www.herzstiftung.de/wichtiges-wissen-cholesterin> - Cholesterin-Podcast mit Prof. Ulrich Laufs

<http://www.herzstiftung.de/cholesterin> - Informationen rund um das Thema Cholesterin (Ursachen, Diagnose, Therapie)

<http://www.herzstiftung.de/ihre-herzgesundheit/gesund-bleiben/cholesterin/choles...> - Infos zu Statinen

# 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“