

Leipziger Kardiologe: Moderate Werte bei Blutdruck und Cholesterin verlängern das Leben

Leipzig. Dramatisch gesenkt wird das Risiko für Herz- und Gefäßerkrankungen, wenn Blutdruck- und Cholesterin-Werte lebenslang moderat gehalten werden. Das ist das Ergebnis einer aktuellen Studie, an der Prof. Dr. Ulrich Laufs, Direktor der Klinik und Poliklinik für Kardiologie am Universitätsklinikum Leipzig, beteiligt war.

„Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind bei Frauen und Männern die häufigste Todesursache“, so der Leipziger Kardiologe mit Blick auf den Weltherztag am 29. September. „Das ist niederschmetternd. Denn Herzinfarkte und Schlaganfälle können durch anhaltend niedrige Werte bei Blutdruck und LDL-Cholesterin weitgehend vermieden werden. Das hat jetzt eine Studie meines Kollegen Brian Ference von der Universität Cambridge unterstrichen, an der ich mitgewirkt habe. Sie zeigt, dass schon eine geringe, aber dauerhafte Senkung von systolischem Blutdruck und LDL-Cholesterin das kardiovaskuläre Erkrankungsrisiko hochsignifikant senkt.“

Ausgewertet wurden die Daten von über 400 000 Briten, die in einer Biobank gesammelt sind. Die Teilnehmer waren durchschnittlich 65,2 Jahre alt; 54 Prozent waren Frauen. Bemerkenswertes Ergebnis der Studie: Werden lebenslang der LDL-Cholesterinspiegel um 39 mg/dl (1 mmol/l) und gleichzeitig der systolische Blutdrucks um 10 mmHg gesenkt, ergibt sich ein um 80 Prozent niedrigeres Risiko für kardiovaskuläre Erkrankungen und ein um 68 Prozent niedrigeres Risiko für einen kardiovaskulär verursachten Tod. Schon bei dauerhafter Abnahme des Cholesterins um 15 mg/dl und des Blutdrucks um 5 mmHg halbiert sich das Erkrankungsrisiko.

„Der Knackpunkt ist, dass die Werte lebenslang niedrig sein müssen“, so Prof. Ulrich Laufs, Direktor der [Klinik für Kardiologie](#) am Universitätsklinikum Leipzig. „Die Patienten, die zu uns kommen, sind aber meist schon in der fünften oder sechsten Lebensdekade oder noch älter. Dann haben Blutdruck und Cholesterin schon ein halbes Jahrhundert auf die Innenwände der Gefäße eingewirkt. Von Bedeutung ist also rechtzeitig zu messen und vor allem rechtzeitig Maßnahmen zur Blutdruck- und Cholesterin-Kontrolle zu ergreifen. Hierzu gehören an erster Stelle körperliche Aktivität und das Nicht-Rauchen, manchmal auch Medikamente.“ Vielleicht könnte schon im Kindes- und Jugendalter bei den sogenannten U-Untersuchungen auch auf diese Werte geachtet werden. Laut Prof. Laufs ist die aktuelle Studie aus Cambridge geeignet, eine solche Diskussion befeuern.