

Lipoprotein (a)

10-mal riskanter als Cholesterin: So senken Sie Ihr gefährlichstes Blutfett

In jedem Vierten von uns zirkuliert mit dem Blut ein gefährlicher Stoff durch den Körper, von dem nur die wenigsten wirklich wissen: Lipoprotein (a). Es ist ein normaler Bestandteil des Blutes, doch wenn wir zu viel davon haben, drohen uns Herzinfarkt und Schlaganfall. Die Schulmedizin ignoriert die Gefahr bislang, weil sie glaubt, dass dagegen ohnehin nichts hilft. Doch das wird sich in Kürze ändern.

Bislang spielt das Lipoprotein (a) – abgekürzt Lp(a) – in der Schulmedizin keine große Rolle. Einige Experten wissen zwar, wie gefährlich dieser Stoff für das Herz und die Gefäße ist, aber dieses Risiko wird im Medizinstudium oder auf Kongressen und Ärzte-Fortbildungen kaum thematisiert.

Denn es gibt bisher kein schulmedizinisches Medikament, welches das Lp(a) senken könnte. Daher lässt sich an diesem Risikofaktor auch nichts verdienen. Und deshalb lenkt die Pharmaindustrie den Blick der Mediziner weiterhin stark auf das Cholesterin, gegen das es sehr wirksame Mittel gibt – u. a. die Statine, die immer noch

Außerdem in dieser Ausgabe

Medikamenten-Einnahme 4

Viele Menschen haben Probleme damit, ihre Arzneimittel korrekt einzunehmen. Wir erklären Ihnen, wie Sie es richtig machen.

Beinschmerzen 5

Es gibt viele Ursachen von Beinschmerzen. Erkennen Sie selbst, um welche es sich handelt, und unterstützen Sie mit Ihrer Selbsthilfe die medizinischen Maßnahmen.

Aktuelles 11/12

- ◆ **Schlafstörungen:** Sanft schlummern mit Vitamin E
- ◆ **Darmkrebs:** Vitamin B₆ senkt Ihr Risiko um 46 %
- ◆ **Länger leben:** Soziale Kontakte als Lebensversicherung

Krankhaftes Schwitzen 7

Bei extremer Hyperhidrose halfen bislang nur Botox-Injektionen oder eine Entfernung der Schweißdrüsen. Wir stellen Ihnen hier eine schonendere Lösung vor.

Nordische Diät 8

Die gesunde Mittelmeerkost ist irgendetwas nicht Ihr Ding? Oder Sie wollen mal Abwechslung in die Küche bringen? Dann wird es höchste Zeit für die Nordische Kost.

- ◆ **Demenz:** Magnesium verjüngt Ihr Gehirn
- ◆ **Haarausfall:** OPC sorgt für dichteres Haar
- ◆ **Operationen:** Ein Glas Wasser schadet nicht