



12. Tag des Cholesterins der DGFF (Lipid-Liga) e. V.

Blutfettwerte messen lassen je früher, desto besser

(Mynewsdesk) Frankfurt, 02. Juni 2014 ? Am 20. Juni 2014 ist wieder ?Tag des Cholesterins?. Zum 12. Mal in Folge ruft die Deutsche Gesellschaft zur Bekämpfung von Fettstoffwechselstörungen und ihren Folgeerkrankungen DGFF (Lipid-Liga) e. V. den bundesweiten Aktionstag aus. Er steht in diesem Jahr unter dem Motto ?Blutfettwerte messen lassen ? je früher, desto besser!?. Apotheken, Arztpraxen, Kliniken und andere beteiligen sich daran mit Cholesterin-Messstationen, Informationsangeboten und weiteren Aufklärungsaktivitäten. Seinen Cholesterin- und auch seinen Triglyzeridwert sollte jeder kennen ? auch Eltern den ihrer Kinder, rät die DGFF (Lipid-Liga).

?Je früher man an später denkt, desto besser?, so die Experten der DGFF (Lipid-Liga). Werden erhöhte Blutfettwerte früh entdeckt, lässt sich der Entstehung von Atherosklerose vorbeugen und damit das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Herzinfarkt und Schlaganfall entschärfen.

Jeder sollte seine Cholesterin- und Triglyzeridwerte bestimmen lassen ? am besten schon ab dem 10. Lebensjahr, spätestens aber ab dem 35. Lebensjahr. Die DGFF (Lipid-Liga) macht darauf am ?Tag des Cholesterins? aufmerksam und fordert dazu auf, möglichst schon die Vorsorgeuntersuchungen beim Kinderarzt zu nutzen, damit auch vererbte Fettstoffwechselstörungen früh erkannt werden. Für den Test genügt ein Tropfen Blut aus der Fingerbeere.

Erhöhte Blutfettwerte allein, müssen noch gar nicht problematisch sein. Die Wahrscheinlichkeit, einen Herzinfarkt oder einen Schlaganfall zu erleiden, erhöht sich jedoch, wenn eine erbliche Veranlagung vorliegt sowie durch Rauchen, bei Diabetes (Zuckerkrankheit), Bluthochdruck, bauchbetontem Übergewicht und Bewegungsmangel. Durch eine ausgewogene Ernährung mit insgesamt wenig und überwiegend pflanzlichem Fett, reichlich Fisch sowie viel Obst, Gemüse und Vollkorn, ausreichend Bewegung und Nichtrauchen kann jeder selbst aktiv dazu beitragen, sein Herz und seine Gefäße gesund zu erhalten und zu schützen. Mehr Informationen dazu bietet der 67-seitige DGFF Ratgeber ?Bessere Cholesterinwerte auch ohne Medikamente? (ISBN 978-3-9806477-0-0, 16,90 Euro zzgl. Versandkosten; zu bestellen unter www.lipid-liga.de in der Rubrik ?für Ärzte, Patienten und Interessierte/Bücher, Broschüren?).

Shortlink zu dieser Pressemitteilung:

<http://shortpr.com/15c2hu>

Permanentlink zu dieser Pressemitteilung:

<http://www.themenportal.de/gesundheit/12-tag-des-cholesterins-der-dgff-lipid-liga-e-v-12655>

Pressekontakt

Deutsche Gesellschaft zur Bekämpfung von Fettstoffwechselstörungen und ihren Folgeerkrankungen DGFF (Lipid-Liga) e.V.

Frau Iris Löhlein
Mörfelder Landstraße 72
60598 Frankfurt am Main

iris.loehlein@lipid-liga.de

Firmenkontakt

Deutsche Gesellschaft zur Bekämpfung von Fettstoffwechselstörungen und ihren Folgeerkrankungen DGFF (Lipid-Liga) e.V.

Frau Iris Löhlein
Mörfelder Landstraße 72
60598 Frankfurt am Main

lipid-liga.de
iris.loehlein@lipid-liga.de

-