

## DYSLIPIDÄMIEN

### aktueller Stand Lebensstiländerung vs. Medikation

Im Rahmen des Diabetes Kongress 2024 fand eine interessante Diskussion zur Effektivität der verschiedenen Herangehensweisen zwischen dem Internisten Tim Hollstein und dem Ernährungswissenschaftler Stefan Lorkowski statt. Insbesondere die erwartbare Effektivität der Maßnahmen wurde anschaulich aufgearbeitet: Bei Einhaltung einer an die Empfehlungen der deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) ange-

lehnten Diät konnte in der randomisierten MoKaRi II Studie eine Reduktion des LDL-Cholesterins um 20% und der Triglyceride um 27% erreicht werden (das Kollektiv hatte erhöhte Triglyceridwerte).

Der Fokus der Diät lag auf einer eher kohlenhydratarmen Ernährung, wobei insbesondere Zucker vermieden wurde. Getreide musste nicht generell weggelassen werden. Die Compliance sei allerdings langfristig sowohl bei Ernährung, als auch bei Medikation unzureichend. Studiendaten wurden nur für Medikamente angegeben: nach 36 Monaten nahmen nur noch etwa die Hälfte der Patienten

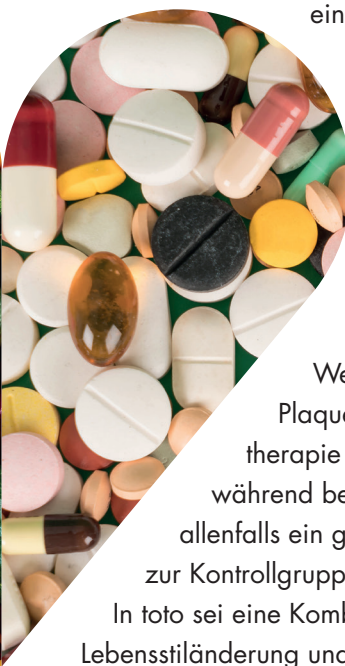


PCDK9-Antikörper ein; nur 22% blieben auf Ezetimib-Therapie und 20% auf Statinen. Herr Hollstein argumentierte insbesondere, dass eine Ernährungsumstellung im Schnitt nur 10–15% Reduktion des LDL-Cholesterins erlaube und die ESC-Empfehlungen ggf. schwer einzuhalten wären. Eine moderate Statintherapie senke das Risiko hingegen um ca. 30%.

PCDK-9 Antikörper erlauben eine ca. 60%-ige und eine Kombination aus hochdosierter Statintherapie mit Ezetimib und PCDK-9 Antikörpern sogar eine ca. 85%-ige Risikoreduktion.

Weiterhin würden Plaques unter Statintherapie kleiner werden, während bei der DASH-Diät allenfalls ein geringer Unterschied zur Kontrollgruppe messbar sei.

In toto sei eine Kombination aus Lebensstiländerung und medikamentöser Therapie anzustreben, aber insbesondere bei Hochrisikopatienten sei die medikamentöse Therapie unverzichtbar. Publikationsdaten zu den Zahlen und Aussagen finden sich im Originalartikel.



Quelle:  
<https://www.aerzteblatt.de/nachrichten/sw/Ern%C3%A4hrung?s=&p=1&n=1&nid=151525>,  
abgerufen am 07.06.2024

pics by freepik.com

**HINWEIS**  
Abnahmesystem Vacutainer

Die Serumröhrchen des Abnahmesystems Vacutainer wird es zukünftig nur noch in den Größen 6,0 ml und 2,0 ml geben. Die Herausgabe der 4,0 ml-Röhrchen wird eingestellt.

## Parameter im Fokus

# ZINK



Die Bestimmung von Zink erfreut sich zunehmender Beliebtheit, sodass wir diesen Parameter für Sie genauer unter die Lupe nehmen wollen. Zink befindet sich insbesondere in Muskelgewebe, Knochen, Leber, Niere, der Haut, dem blutbildenden System und dem Thymus. Allerdings stellen diese keine klassischen Speicherorgane dar, weswegen eine regelmäßige Zufuhr mit der Nahrung wichtig ist. Ein Mangel kann zu Störungen in der Proteinsynthese sowie auf zellulärer Ebene führen (insbesondere Wachstum, zelluläre Immunität, Wundheilung und Fertilität betreffend). Bei der Bestimmung ist zu beachten, dass Zink bei einer **akuten-Phase-Reaktion** sowie **nach Nahrungsaufnahme abnimmt**. **Falsch hohe Zinkwerte** finden sich dagegen in **hämolytischen** Proben. Weiterhin korreliert die Konzentration im Serum/Plasma nicht mit der Konzentration im Muskelgewebe. Ein Mangel im Blut kann also lange durch Freisetzung aus Muskel- und Knochengewebe kompensiert werden. Eine Aufnahme von höheren Dosen über einen längeren Zeitraum kann zu einem Kupfermangel führen, da die Kupferaufnahme in den Enterozyten durch hohe Zink-Dosen verhindert wird ( $\geq 50$  mg/Tag über Monate hinweg).

Ein Kupfermangel kann wiederum eine Anämie bedingen, da es in der Hämsynthese und beim Eisentransport involviert ist (Hypokupriämie). Laut der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) scheint eine Gesamtzufuhrmenge von 25 mg Zink pro Tag für Erwachsene tolerierbar zu sein.

Quelle:  
DGE, Labor und Diagnose  
online (abgerufen am  
13.06.2024)

pics by freepik.com

## UNSERE NÄCHSTE FORTBILDUNG 04.09.24

16.00 Uhr Führung durch die Franckeschen Stiftungen

ab 17.00 Uhr **Was tun bei V. a. rheumatische Erkrankungen?**  
Dr. med. Stephan Thrum, Bereich Rheumatologie  
Universitätsklinik Leipzig

**Sinn und Unsinn von Nahrungsergänzungsmitteln im Sport**  
Dr. med. Jan Wüstenfeld, IAT Leipzig

**Stimmungsbarometer Antibiotika in der Ambulanz**  
Dr. med. Sebastian Driesnack, Institut f. Mikrobiologie  
Universität Leipzig

Wann Mittwoch 04.09.2024, 16:00–20:00 Uhr

Wo? Franckesche Stiftung Halle, Franckeplatz 1, 06110 Halle

### „FÜR SIE GELESEN“

verabschiedet sich in die Sommerpause. Wir wünschen Ihnen und Ihrem Praxisteam einen wunderbaren Sommer, genießen Sie die Auszeit und erholen Sie sich gut.

