



DR. MED. DIERK HEIMANN

ist Facharzt für Allgemeinmedizin. Er hat sich unter anderem auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Vorbeugungs-, Ernährungs- und Naturmedizin spezialisiert. www.ihr-hausarzt-in-mainz.de

„Was senkt das **CHOLESTERIN**, wenn ich Statine nicht vertrage, Herr Doktor?“



ein 56-jähriger Patient wirkt verärgert. „Ich nehme das nicht mehr“, sagt er. „Es fühlt sich ständig so an, als ob ich Muskelkater hätte.“ Er deutet auf seine Beine. Ich kenne ihn erst seit Kurzem. Der Kollege, bei dem er bislang in Behandlung war, hat dem Automechaniker ein sogenanntes Statin verschrieben, um seinen Cholesterinspiegel zu senken. In seinen Befunden habe ich gelesen, dass seine Herzkranzgefäße stark verkalkt und an manchen Stellen zu eng sind. Um ein Vorschreiten bis hin zum Herzinfarkt zu verhindern, sollte sein LDL-Cholesterin auf 55 oder sogar darunter gesenkt werden. „Ich habe schon verschiedene von diesen Pillen verschrieben bekommen – es ist immer dasselbe“, sagt er. Viele meiner Patientinnen und Patienten berichten von solchen Nebenwirkun-

gen. Einigen hilft es, das Präparat zu wechseln. Meinem neuen Patienten offenbar nicht. „Haben Sie mal versucht, zusätzlich Vitamin D oder das Q10 einzunehmen? Manchmal verschwinden die Muskelschmerzen“, sage ich. Er winkt ab. „Alles schon probiert. Hilft auch nicht.“

Eine andere Medikamentenklasse

„Ich habe auch schon eine Weile auf Fleisch verzichtet und regelmäßig Sport getrieben – aber das hat das Cholesterin nur wenig gesenkt“, erzählt er. Er klingt frustriert. Und hat Angst. „Leider haben Ernährung, Abnehmen und Sport bei Ihnen einen zu geringen Einfluss“, sage ich. „Das meiste Cholesterin wird in der Leber gebildet. Es wird viel über das Cholesterinsenken diskutiert, doch der schützende Effekt ist bewiesen.“ Er seufzt. „Wir sollten es anders versuchen“, sage ich. „Wir lassen die Statine weg. Ich verschreibe Ihnen die Bempedoinsäure. Das ist eine andere Medikamentenklasse, die auch als Einzeltherapie zugelassen ist, falls Statine nicht vertragen werden. Genügt das nicht, geben wir noch Ezetemib dazu. Das ist schon länger in Deutschland zu haben.“ Einen Versuch ist es wert. Tatsächlich verschwinden die Muskelschmerzen etwa drei Wochen

später fast vollständig. „Damit kann ich leben, Herr Doktor.“ Ob wir seine LDL-Cholesterinwerte so auch ausreichend senken können, wird eine weitere Laboruntersuchung zeigen. Ich drücke fest die Daumen.



WAS EIN HAUSARZT SEINER FAMILIE RATEN WÜRDE

Dr. Heimanns Kolumne verfolgen jede Woche einige Millionen Leserinnen und Leser. Da wir leider nicht mehr jede Frage persönlich beantworten können, haben wir Dr. Heimann und sein Team gebeten, auf die häufigsten Fragen in einem Video einzugehen – verständlich, umfassend und medizinisch auf dem neuesten Stand. Jede Woche neu!



TEXT: DIERK HEIMANN FOTO: LARS BERG