

VORBEUGUNG GEGEN

- **HERZINFARKT**
- **SCHLAGANFALL**
- **GEISTIGEN ABBAU**
(DEMENTZ, ALZHEIMER)

HOMOCYSTEIN SENKEN !

Sehr geehrte Patientin,
sehr geehrter Patient

Homocystein entsteht im Eiweißstoffwechsel, es schädigt wie Cholesterin die Gefäße.

1999 wurde ein starker Einfluß von Homocystein auf die Lebenserwartung gezeigt. Die Untersucher hatten von 1788 Männern und Frauen im Alter über 50 Jahren das Überleben erfaßt. Sie fanden, daß nach 10 Jahren noch etwa 90% am Leben waren, bei denen das Homocystein niedrig war (unter 9 Einheiten*), und noch etwa 70% am Leben waren, wenn das Homocystein leicht erhöht war (9-15 Einheiten). Es waren noch etwa 60% am Leben, bei denen das Homocystein über 15 Einheiten lag. Das bessere Überleben bei niedrigem Homocystein lag daran, daß weniger Herzinfarkte, Schlaganfälle, also Herz-Kreislaufkrankungen, auftraten. Diese sind bisher Todesursache Nr. 1. Erhöhtes Homocystein führt auch zu geistigem Abbau (Demenz, „Alzheimer“).

*(Einheit $\mu\text{mol/l}$)

Erhöhtes Homocystein läßt sich leicht senken. Wenn Sie ihr Homocystein nicht kennen, können Sie es hier untersuchen lassen. Bei erhöhten Werten kann ich Ihnen ein nebenwirkungsfreies Präparat empfehlen und nach etwa drei Monaten eine Kontrolle vornehmen, ob Ihr Wert dann in Ordnung ist. Nach einer Experten-Schätzung können Männer im Durchschnitt etwa 10 zusätzliche Jahre gewinnen, und Frauen etwa 5 Jahre (Frauen haben etwas niedrigere Homocystein-Spiegel, daher ist der Effekt bei Männern stärker). Entsprechende aktuelle medizinische Veröffentlichungen können Sie in unserer Praxis einsehen.

Außer Homocystein kann auch eine umfassende Arteriosklerose-Vorbeugungsuntersuchung durchgeführt werden (z. B. Blutfette und andere wichtige Tests). Für weitere Informationen stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung.