

# 500.000 Herzaltertests: ein weiterer Meilenstein in Zahlen

## PROCAM-Schnell- und Gesundheitstest als Basis des Herzalter-Tests

Der Herzalter-Test basiert auf der PROCAM-Studie, einer großen Prospektivstudie mit Schwerpunkt auf Herz- und Gefäßerkrankungen. In der Studie wurden verschiedene Risikofaktoren identifiziert, die das Risiko für einen Herzinfarkt oder Schlaganfall beeinflussen. Unter Berücksichtigung dieser Risikofaktoren wurden mehrere mathematische Formeln (Algorithmen) erstellt. Diese Algorithmen ermöglichen es, das **Globalrisiko einer Person abzuschätzen, einen Herzinfarkt oder plötzlichen Tod durch koronare Herzkrankheit innerhalb der nächsten 10 Jahre zu erleiden** (Mehr zur PROCAM-Studie gibt es [hier](#) auf der Stiftungswebsite).

Anhand der Algorithmen wurden verschiedene Tests zur Abschätzung des Herzinfarkttrisikos entwickelt, unter anderem der **PROCAM-Schnelltest** und **PROCAM-Gesundheitstest**. Diese unterscheiden sich durch die Zahl und Auswahl der berücksichtigten Risikofaktoren. Im **PROCAM-Schnelltest** werden zur Bestimmung des Herzinfarkttrisikos das Alter, Geschlecht, Nüchtern-Blutzucker bzw. ein Diabetes mellitus, Raucherstatus, genetische Vorbelastung, systolischer Blutdruck, Körpergewicht, Körpergröße und eine eventuelle Bluthochdruck-Therapie berücksichtigt. Im Unterschied dazu werden im genaueren **PROCAM-Gesundheitstest** kein Körpergewicht, Körpergröße und antihypertensive Therapie, dafür aber die Blutlipide (LDL- und HDL-Cholesterin, Triglyceride) zur Abschätzung des Herzinfarkttrisikos einbezogen.

## Ergebnisse der Datenanalyse (Stand: 22. September 2022)

Seit Juni 2019 bis 22. September 2022 haben über 500.000 Menschen ihr Herzalter bestimmt.

### Prävalenz der Risikofaktoren im Gesamtkollektiv der 500.000 Teilnehmer

Nachfolgend werden die **Durchschnittswerte** zum Alter der 500.653 Teilnehmer, des **Blutdrucks** und des **BMI** sowie des Anteils von **Diabeteserkrankten** und der **Raucher** und Raucherinnen aufgezeigt.

	Männer	Frauen	Gesamt
Alter in Jahren (Durchschnitt)	55	53	53
Diabetiker in %	11	7	8,2
Blutdruck in mmHg (Durchschnitt)	129	125	126
Raucher:innen in %	20	21	21,5
Body Mass Index in kg/m <sup>2</sup> *	27	27	27

### Anteil der Personen, deren Herzalter mehr als 5 Jahre über dem tatsächlichen Alter lag

	Männer	Frauen	Gesamt
Herzaltertest (ohne Blutwerte):	19 %	13 %	15 % <b>jeder 6,7</b>
Herzaltertest (inklusive Blutwerte):	9 %	15 %	13 % <b>Jeder 7,7</b>

\*nur PROCAM-Schnelltest

## Analyse aller Gesundheitstests

Anzahl aller Gesundheitstests = 97.020 (Männer: 44.364, Frauen: 52.656)

Über **97.000 Gesundheitstests** wurden im Kollektiv der über 500.000 Teilnehmer durchgeführt. Nachfolgend sind die wichtigsten Daten der **im Rahmen des Gesundheitstests getätigten Angaben**, getrennt nach Geschlecht, tabellarisch dargestellt.

### Auswertung des Gesundheitstests der Teilnehmer

Risikogruppe (in 10 Jahren in %)	Anzahl	Alter in Jahren (Durchschnitt)	Risiko in 10 Jahren in % (Durchschnitt)	Herzalter in Jahren (Durchschnitt)	Differenz Herzalter / tatsächliches Alter	LDL in mg/dL (Durchschnitt)
Hoch (> 20 %)	6.461	66	35	70	4	178
Mittel (10 bis 20 %)	9.502	65	14	57	-8	150
Niedrig (10 %)	28.401	56	4	41	-15	124
Gesamt	44.364	59	11	49	-11	138

### Auswertung des Gesundheitstests der Teilnehmerinnen

Risikogruppe (in 10 Jahren in %)	Anzahl	Alter in Jahren (Durchschnitt)	Risiko in 10 Jahren in % (Durchschnitt)	Herzalter in Jahren (Durchschnitt)	Differenz Herzalter / tatsächliches Alter	LDL in mg/dL (Durchschnitt)
Hoch (> 20 %)	2.902	67	33	75	8	202
Mittel (10 bis 20 %)	5.179	65	14	71	6	185
Niedrig (10 %)	44.575	55	3	49	-6	141
Gesamt	52.656	57	5	53	-4	148

### Untergruppe der unter 50-Jährigen mit einem Herzalter von 5 oder mehr Jahren über dem tatsächlichen Alter (Gesundheitstest)

Risikofaktoren	Männer (n= 1.097)	Frauen (n = 1.351)
Durchschnittsalter in Jahren	41	43
LDL-Cholesterin mg/dl	198	197
HDL-Cholesterin mg/dl	44	48
Triglyzeride mg/dl	232	193
Blutdruck (systolischer Wert) mmHg	144	137
Raucher in %	65	55
Familiäre Vorbelastung in %	51	53
Diabetes in %	25	24
Durchschnittliches Risiko in 10 Jahren in %	14	3
Durchschnittliches Herzalter	54	53