

## Pressemitteilung

### Weltherztag: Vorzeitiges Altern des Herzens vermeiden!

Münster, 29.9.2023.

Defizite in der Vorbeugemedizin von Herz-/Kreislaufkrankungen gelten als wesentliche Ursache für die im Vergleich zu anderen westeuropäischen Ländern niedrige durchschnittliche Lebenserwartung in Deutschland (\*). Vor diesem Hintergrund sollen mit der digitalen Bildungsinitiative „Deutschland bestimmt das Herzalter!“ der Assmann-Stiftung für Prävention breite Bevölkerungsschichten auf das Potential der bisher unzureichenden Primärprävention des Herzinfarktes aufmerksam gemacht werden ([www.herzalter-bestimmen.de](http://www.herzalter-bestimmen.de)).

Aktuelle Zwischenergebnisse von 604.000 Teilnehmern der Bildungsinitiative unterstützen die These, dass erhöhte LDL-Cholesterinwerte, Rauchen, Übergewicht und erhöhter Blutdruck, oft in Kombination auftretend, die mit Abstand häufigsten Faktoren für ein erhöhtes Herzalter in der Bevölkerung sind.

Bei 14 % aller Teilnehmer lag das Herzalter 5 oder mehr Jahre über dem tatsächlichen Alter, was sehr häufig mit einem deutlich erhöhten Herzinfarktisiko verbunden ist. So ist davon auszugehen, dass in Deutschland bei ca. 59,7 Millionen Personen im Alter von 20 bis 75 Jahren 8,4 Millionen Menschen potentiell herznfarktgefährdet sind. Dies sind alarmierende Zahlen, insbesondere auch im Hinblick darauf, dass Herz-/Kreislaufkrankungen für ein Drittel aller Todesfälle in Deutschland verantwortlich sind.

Bei einer Untergruppe von 30.000 unter 50-jährigen teilnehmenden Personen mit erhöhtem Herzalter, für die ein vollständiges Profil der Blutwerte vorlag (LDL-Cholesterin, HDL-Cholesterin, Triglyceride, Blutzucker), war das LDL-Cholesterin bei Frauen im Durchschnittsalter von 44 Jahren mit 196 mg/dl und bei Männern im Durchschnittsalter von 41 Jahren mit 197 mg/dl weit oberhalb der therapeutischen LDL-Cholesterin-Zielwerte herznfarktgefährdeter Personen von unter 100 mg/dl. Es ist davon auszugehen, dass in nicht wenigen Fällen bei solch hohen LDL-Cholesterinwerten eine bislang unentdeckte familiäre Hypercholesterinämie als monogene Fettstoffwechselstörung mit extrem hohem Herzinfarktisiko zugrunde liegt.

Die Assmann-Stiftung für Prävention verfolgt mit Ihrer Bildungsinitiative „Deutschland bestimmt das Herzalter!“ als wesentliches Ziel, breite Bevölkerungsschichten zu erreichen, die Inanspruchnahme ärztlicher Check-up-Untersuchungen zu steigern und bei den herznfarktgefährdeten Personen mit hohem Herzalter durch deren rechtzeitige Kontaktaufnahme mit Hausärzten und Apothekern die Herzgesundheit zu erhalten.

(\* *Jasilionis D et al. The underwhelming German life expectancy. European Journal of Epidemiology (2023) 38:839–850*)

#### Kontakt

Assmann-Stiftung für Prävention  
Gronowskistraße 33  
48161 Münster  
Tel.: 0251 1312360  
[info@assmann-stiftung.de](mailto:info@assmann-stiftung.de)  
[www.herzalter-bestimmen.de](http://www.herzalter-bestimmen.de)