



**FORSCHUNGSGRUPPE FUNKTIONELLE REHABILITATION  
UND GRUPPENSCHULUNG - Wien eV.**  
[www.diabetesfit.org](http://www.diabetesfit.org)



Univ.-Prof. DDr. med. K. Howorka MMSc, DGKS Viktoria Zwintz  
DGKS Elsa Pernecky, Dr Nora Howorka,

## **LDL, HOHES CHOLESTERIN? HYPERLIPIDÄMIE-SCHULUNG**

Erhöhte Blutfette und insbesondere die Cholesterinerhöhung sind häufig mit Diabetes und/oder Übergewicht bzw. mit metabolischem Syndrom verbunden. Bei Diabetes entscheidet die LDL Höhe häufig über die Lebenserwartung. Einige Formen der Hyperlipidämie müssen medikamentös behandelt werden. Überhöhte Cholesterinspiegel können manchmal allein durch Veränderung der Ernährungsgewohnheiten und/oder des Lebensstils gesenkt werden.

Da Hyperlipidämie mit Gefäßerkrankungen (Herzinfarkt, periphere arterielle Verschlusskrankheit, Schlaganfall) verbunden ist, ist eine rechtzeitige Senkung essentiell. In einer 6-stündigen Schulung (2 Nachmittage) werden daher besprochen:

- Das metabolische Syndrom und seine Risiken. LDL: warum so wichtig?
- Diagnose der Hyperlipidämie: primäre und sekundäre Formen, Klassifikationen
- Cholesterinfraktionen und ihre Bedeutung (inkl Low-HDL-Syndrom, Small-LDL)
- Cholesterin-Quotient für Atherosklerose-Entstehung
- Erarbeitung der individuellen Hyperlipidämie-Diagnose, des Risikofaktoren-Profiles und der Zielwerte
- Acht diätetische/ Lifestyle Möglichkeiten der Hypercholesterinsenkung
- Medikamentöse Behandlung der Hyperlipidämie - wann welche Medikamente
- Statin wirklich unvermeidlich? PCSK9I, Bempedoinsäure uvm
- Nebenwirkungen, Alternativen, mögliche Selbstanpassung durch den Patienten

Gerade für Personen, die -- abgesehen von Hyperlipidämie -- auch noch zusätzliche assoziierte Erkrankungen wie Diabetes, Bluthochdruck, Übergewicht haben, ist diese Schulung unerlässlich.

**Geschätzter Gewinn:** 5-10 Lebensjahre... **Geschätzter Aufwand:** geringer  
**Unkostenbeitrag...**

**Anmeldung und Auskunft:** Ordination Prof. Howorka 014060696 oder per mail an [diabetesFIT.org@gmail.com](mailto:diabetesFIT.org@gmail.com) an Fr. Prof. Dr. Howorka. Individuelle Erstvorstellung erforderlich. Definitive Anmeldung mit Vorauszahlung.

**Unkostenbeitrag Patienten:** € bitte der aktuellen Schulungspalette zu entnehmen

**Zeit/Ort:** zwei **Mittwoche**, am **Anfang und Ende des Semesters**, jeweils **17:00-20:00** in **Seminarraum Schwerpunktpraxis Team Prof Howorka:**  
**Metab. Competence Center 1180, Währinger Gtl. 13, Ecklokal,U6-Station Alserstr**

**Hinweis für Therapeuten und Studenten:** s **Medcampus**, **genaue Bezeichnung der LV.** **Ergänzende Lehrveranstaltung an der „zweiten“ Bühne.**

**Literatur, die wir Ihnen empfehlen (am besten noch vor der Schulung):**  
**Grillmayr, Howorka:** Fett muss (nicht?) schaden...

**SCHULUNGEN FIT FORSCHUNGSGRUPPE e.V.: BaCa Konto 469 001 705**

Ao Univ.-Prof. Dr.med. Kinga HOWORKA, MBA,  
MPH, MSC Gender Med; MSc Prevention, PHD  
Medizinische Universität Wien,

E-mail: [kinga.howorka@meduniwien.ac.at](mailto:kinga.howorka@meduniwien.ac.at)  
Fax +43 1 4034951



**Assistenz:** Montags, Di Tel +43 1 406 06 96 sonst  
nur text message Prof. Howorka: + 43 660 4919749  
**Patientenbetreuung, klinische Angelegenheiten:**  
[diabetesFIT.org@gmail.com](mailto:diabetesFIT.org@gmail.com)  
**Metabolic Competence Center**  
**Währinger Gürtel 13. 1180 Wien**