



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

Univ.-Prof. Dr. med. K. Howorka, Dr. med. J. Pumprla  
DGKS Elsa Pernecky



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

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

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

- Das metabolische Syndrom und seine Risiken
- 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
- 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 4060696 oder 40400/39810 Fr. Prof. Dr. Howorka. Definitive Anmeldung mit Vorauszahlung.

**Unkostenbeitrag:** € 40 pro Person (in begründeten sozialen Fällen kann vermindert werden), Teilverrechnung über DMP in bestimmten Fällen möglich.

**Zeit/Ort: zwei Mittwoche, am 06.Mai 15 und voraussichtlich 01.Juli 15, jeweils 16h30-19h30 in: Seminarraum Schwerpunktpraxis Team Prof Howorka: 1180, Währinger Gtl. 13, Ecklokal, U6-Station Alserstr, Garage AKH**

**Hinweis für Therapeuten und Studenten: Teilnahme kostenlos. Ergänzende Lehrveranstaltung an der „zweiten“ Bühne. Vorbesprechung am Kursanfang.**

**Literatur, die wir Ihnen empfehlen (am besten noch vor der Schulung):**

**Grillmayr, Howorka:** Fett muss (nicht?) schaden...

**Kowalski:** Die 8 Wochen-Cholesterinkur

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

