

„Keine Angst vor Schweinebraten“: Cholesterin im Blick

Obernkirchen. Wenn bei der Vorsorgeuntersuchung die Cholesterinwerte zu hoch sind, gibt es vom Arzt die „Rote Karte“ und einen Speiseplan, auf dem für die Bratwurst oder den Schweinebraten kein Platz mehr ist. „Das muss nicht sein, sondern hängt vom persönlichen Risiko ab“, sagt Professor Gerd Glaeske und kündigt an, beim nächsten „Länger besser leben“-Forum die Wahrheit über das zu verraten, was sie angeblich krank macht.

Der Gast am Rednerpult sitzt sonst als Experte für Gesundheitsthemen auf den Sofas der Fernseh-Talkshows, berät die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung und die Welt-Gesund-

heitsorganisation (WHO). „Es gibt viele Ursachen für zu hohe Werte“, lautet seine Erkenntnis. „Die meisten lassen sich ganz einfach abstellen.“

„Auch wenn sich niemand den Appetit an Steaks und Buletten verderben lassen mag, sollte man seine Werte kennen“, sagt Glaeske. Diese sind bei uns Bundesbürgern fast immer ein wenig zu hoch, was aber nicht zwangsläufig an den Erbanlagen oder falscher Ernährung liegen muss. Oft



Gerd Glaeske

sind nämlich andere Risikofaktoren die Ursache, darunter neben zu viel Alkohol oder Nikotin zum Beispiel zu wenig Schlaf oder mangelnde Bewegung.

► **Termin:** Keine Panikmache, sondern die ganze Wahrheit über Cholesterin hat der Professor für seinen Vortrag am Mittwoch, 30. Oktober, im Gepäck, zu dem die BKK24 ab 18.30 Uhr in ihre Hauptverwaltung am Sülbecker Brand 1 einlädt. Der Eintritt ist gratis – um Anmeldungen wird unter Telefon (05724) 971217 oder per E-Mail an aktionsbue-ro@bkk24.de gebeten. **tw**