

--- Auszug / Kurzfassung ---

Statine:

Eine Notlösung mit schwerwiegenden Nebenwirkungen

Von Richard Z. Cheng, M.D., Ph.D., Thomas E. Levy, M.D., J.D.

(OMNS, 16. Februar 2025) Statine sind eine Klasse von Medikamenten, die häufig zur Senkung des Cholesterinspiegels verschrieben werden, insbesondere des Low-Density-Lipoprotein-Cholesterins (LDL-Cholesterins), das traditionell mit einem erhöhten Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen (HKE) wie Herzinfarkte, Schlaganfälle und Arteriosklerose in Verbindung gebracht wird. Statine wirken, indem sie die **HMG-CoA-Reduktase** hemmen, ein Enzym in der Leber, das für die Cholesterinproduktion verantwortlich ist. Durch die Reduzierung der Cholesterinproduktion sollen Statine die Bildung von Plaques in den Arterien verhindern, die zu Verstopfungen und kardiovaskulären Ereignissen führen können.

Statine senken zwar nachweislich den Cholesterinspiegel und können in einigen Fällen das Risiko von Herzinfarkten und Schlaganfällen verringern, doch es gibt zunehmend Bedenken hinsichtlich der langfristigen Einnahme von Statinen, insbesondere im Hinblick auf ihre möglichen Nebenwirkungen. Darüber hinaus haben wir und andere überzeugend nachgewiesen, dass **Cholesterin** nicht die eigentliche Ursache für **atherosklerotische Herz-Kreislauf-Erkrankungen (ASCVD, atherosclerotic cardiovascular disease)** ist. In diesem Artikel wird untersucht, warum Statine trotz ihrer weiten Verbreitung nicht einmal eine vernünftige Lösung für die kardiovaskuläre Gesundheit darstellen und warum sie nicht für die Behandlung von ASCVD empfohlen werden sollten. Stattdessen kann ASCVD durch die Anwendung eines Protokolls, das orthomolekulare Medizin und Ernährung integriert, leicht verhindert und sogar rückgängig gemacht werden.

Im Rahmen unserer fortlaufenden ASCVD-Reihe befasst sich dieser Artikel mit Statinen. Statine werden zwar häufig zur Vorbeugung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen verschrieben, doch die wachsende Zahl von Beweisen und klinischen Erfahrungen sieht sie nicht als die beste Lösung. Statine wirken nicht auf die Ursachen von **ASCVD** ein und haben eine Reihe von Nebenwirkungen, die die Lebensqualität erheblich beeinträchtigen können. Darüber hinaus verbessert die Senkung des Cholesterinspiegels die langfristigen Ergebnisse für die meisten Menschen nicht wesentlich.

Beim orthomolekularen und ernährungswissenschaftlichen Ansatz zur kardiovaskulären Gesundheit legen wir den Schwerpunkt auf ganzheitliche, integrative Strategien, die auf die Ursachen von Herzerkrankungen abzielen, wie z. B. infektionsbedingte **Entzündungen**, **oxidativer Stress** und **Stoffwechselstörungen**. Diese Ansätze sind sicherer, wirksamer und entsprechen eher dem wissenschaftlichen Verständnis von Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Patienten, die ihre Herzgesundheit verbessern möchten, empfehlen wir einen **integrativen Ansatz auf Basis der orthomolekularen Medizin**, der **Ernährung**, **Bewegung**, **Nahrungsergänzungsmittel** und **Stressbewältigung** umfasst – ohne sich auf Statine als erste oder einzige Verteidigungslinie zu verlassen. Tatsächlich waren an keinem der zehn Fälle von ASCVD, die rückgängig gemacht wurden, Statin-Patienten beteiligt.