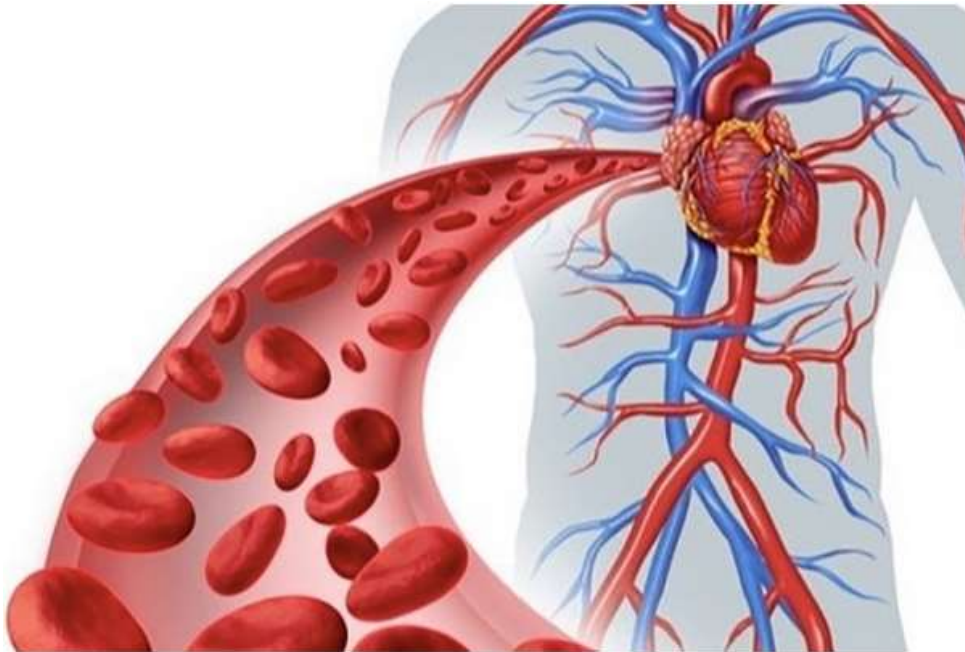


Schlechtes Cholesterin ist gar nicht schlecht – Ärzte und Patienten werden seit Jahrzehnten getäuscht!

[16. Oktober 2018 aikos2309](#)



LDL-Cholesterin wird gerne als „böses“ oder „schlechtes“ Cholesterin bezeichnet, HDL-Cholesterin hingegen als das „gute“ Cholesterin. Steige das LDL-Cholesterin, so heisst es, erhöhe dies ganz enorm das Herz-Kreislauf-Risiko. Betroffene erhalten meist Cholesterinsenker.

Der skandinavische Forscher Uffe Ravnskov kritisiert seit vielen Jahren die gängige Cholesterin-These. Er sagt, schlechtes Cholesterin gibt es nicht, Cholesterin verursacht keine Arteriosklerose und Cholesterinsenker haben keinen Nutzen.

Das Märchen vom bösen Cholesterin

Die Story vom bösen Cholesterin, das dem Herzen zuliebe dringend gesenkt werden müsse, beruhe grösstenteils auf irreführenden Studien sowie der Tatsache, dass man Studien unter den Tisch fallen liess, in denen sich keine negativen Folgen eines hohen Cholesterinspiegels ergeben hatten.

Unsere Herz-Kreislauf-Gesundheit habe daher nicht viel mit dem Cholesterinspiegel zu tun, so zumindest Dr. Uffe Ravnskov.

Der unabhängige Forscher und ehemalige praktische Arzt veröffentlichte bereits im Jahr 2005 sein Buch „Der Cholesterin Mythos“. Schon damals schrieb Ravnskov, dass Cholesterin nicht so einfach in gut und schlecht eingeteilt werden könne, ja, dass das HDL-Cholesterin nicht zwangsläufig gut sei und das LDL-Cholesterin auch nicht unbedingt schlecht ([Ärzte wundern sich: Mixe Zimt und Honig zusammen und Du kannst damit Krebs, Cholesterin und Grippe behandeln!](#))

Gutes Cholesterin kann schlecht sein

Inzwischen erscheinen immer wieder Studien, die Ravnskovers Aussagen bestätigen, beispielsweise [eine Untersuchung vom August 2017](#), die zeigte, dass ein hoher HDL-Spiegel das Sterberisiko erhöhe. Und [im Juli 2018](#) las man im Journal *Arteriosclerosis, Thrombosis, and Vascular Biology*, dass erhöhte HDL-Werte bei Frauen gar mit einem höheren Risiko für Herzkrankheiten einhergehen.

Im September 2018 erschien im Magazin *Expert Review of Clinical Pharmacology* nun die [neue Studie](#) von Dr. Ravnskov, in der er die Ergebnisse von drei grossen Reviews (Übersichtsarbeiten) analysierte. In allen drei Arbeiten hatte es geheissen, LDL-Cholesterin lasse Arteriosklerose und Herzkrankheiten entstehen, und Statine verhinderten Herzkrankheiten.

Gängige Cholesterin-These ist nicht bewiesen

Dr. Ravnskov und sein Team orientierten sich bei ihrer Analyse am Falsifikationsprinzip [Karl Poppers](#), demzufolge die Stimmigkeit einer wissenschaftlichen Theorie nie bewiesen werden könne, während man sie aber durchaus als falsch entlarven könne. Also begaben sich die Forscher auf die Suche nach Hinweisen, mit denen sich die gängige „Cholesterin-ist-schlecht“-Hypothese als falsch überführen lassen könnte.

Arteriosklerose entsteht bei hohem, aber auch bei niedrigem Cholesterinspiegel

„Die Aussage, LDL-Cholesterin sei die Hauptursache für Herz-Kreislauf-Erkrankungen ist ungültig“, erklären die Forscher rund um Ravnskov.

„Denn Menschen mit niedrigem Cholesterinspiegel bekommen genauso eine Arteriosklerose wie Menschen mit hohem Cholesterinspiegel. Ausserdem ist ihr Risiko, eine Herzkrankheit zu bekommen, genauso hoch oder sogar höher als bei Personen mit hohem Cholesterinspiegel.“

Fehlende Beweise, fehlerhafte Studienmethoden

Das übliche Argument für die Cholesterin-Hypothese ist, dass es viele Studien mit jungen Menschen und Menschen mittleren Alters gäbe, die zeigen würden, dass Personen mit hohem Gesamtcholesterin oder hohem LDL-Cholesterin im späteren Leben eine Herz-Kreislauf-Erkrankung entwickelten.

„Das ist zwar durchaus korrekt“, so die Forscher. Doch sei eine Korrelation nicht dasselbe wie Kausalität. Wenn also ein hoher Cholesterinspiegel gleichzeitig mit einem erhöhten Herz-Kreislauf-Risiko in Erscheinung trete, so beweist dies noch lange nicht, dass der hohe Cholesterinspiegel auch tatsächlich die Ursache für die Herz-Kreislauf-Erkrankungen ist.

Beides scheint lediglich gemeinsam auftreten zu können. Allerdings seien die vorliegenden Studien nicht nur unfähig, eine Kausalität zu beweisen, die verwendeten statistischen Methoden u. a. zur angeblich positiven Wirkung von Statinen (Cholesterinsenken) seien ausserdem fehlerhaft.

Tatsächliche Ursachen von Herzproblemen werden ignoriert

Mögliche andere Ursachen für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, wie psychischer Stress, Entzündungsprozesse und Infektionen, seien in den untersuchten Studien gar nicht überprüft worden.

Insgesamt basierten die Schlussfolgerungen der drei Reviews laut Ravnskov auf „irreführenden Statistiken, dem Ausschluss von Studien, die zu gegensätzlichen Ergebnissen gelangt waren und dem Ignorieren zahlreicher widersprüchlicher Beobachtungen.“

Ärzte und Patienten werden seit Jahrzehnten getäuscht!

Co-Autor der Studie, Professor David Diamond von der *University of Southern Florida* in Tampa, kommentiert Ravnskovers Erkenntnisse mit den Worten: „Seit Jahrzehnten werden Forschungsergebnisse veröffentlicht, die nur dazu da sind, Ärzte und Patienten zu täuschen und sie glauben zu machen, LDL-Cholesterin verursache Herzkrankheiten, was es ganz offensichtlich nicht tut!“ ([Gesundheit: Cholesterin schadet? Alles erfunden!](#))

Ravnskov Team möchte mit seinen Arbeiten so viele Menschen wie möglich informieren, damit diese eigenständig eine Entscheidung treffen können, wenn man ihnen cholesterinsenkende Medikamente verschreiben möchte.