

## Erstes Quick Nugget: Die <200 Cholesterin-Story

Liebe Kollegin! Lieber Kollege!

Hier ist das erste „**Quick Nugget**“! Was ist das? **Ein einzelner, kurzer Aha-Moment für Hausärzt\*innen.** Eine zusätzliche E-Mail – zwischen den regulären „Golden Nuggets der Allgemeinmedizin“. Ich hoffe, es bringt Nutzen & Freude!

### Die Geschichte hinter dem 200-Cholesterin-Grenzwert

- **1929:** Lipoproteine wurden von [Michel Macheboeuf](#) entdeckt.
- **1960er und 1970er:** Bluthochdruck und Hypercholesterinämie wurden als wichtige kardiovaskuläre Risikofaktoren erkannt – insbesondere durch die [Framingham Heart Study](#).
- **1985:** Das „National Cholesterol Education Program“ wurde gegründet. Es beauftragte das „Adult Treatment Panel“ mit der Erstellung von Leitlinien.
- **1987:** Das [erste Statin](#) (Lovastatin) wurde von der FDA zugelassen.
- **1988:** Das „[Adult Treatment Panel](#)“ definierte <200 mg/dL Gesamtcholesterin als „wünschenswert“ (und >240 als hoch).

### Warum der Grenzwert von 200?

- Er basiert auf **Beobachtungsdaten** – nicht auf verlässlicheren RCTs.
- Er wurde – laut Aussage des Panels von 1988 selbst – „[etwas willkürlich](#)“ festgelegt.
- Heute wissen wir mehr. Aber Leitlinien ändern sich oftmals langsam. Wer etwas „**zuerst**“ und „**einfach**“ definiert, übertrumpft oft neues Wissen.

### Warum ist das relevant?

- Ob eine Erkrankung bei 200 oder erst 240 mg/dL beginnt, macht einen großen Unterschied. In den USA führte das zu 42 Millionen neue Patienten – einer Verdopplung. Diese Ausweitung von Krankheitsdefinitionen und Medikamentenmärkten wird als **Disease Mongering** bezeichnet.
- Seit der Einführung der Statine haben finanzielle Interessenkonflikte zugenommen. Das „Adult Treatment Panel“ von 2004 wurde kritisiert, da **8 von 9 Autoren** finanzielle Verbindungen zu Statinherstellern hatten. Das verzerrt Wissenschaft und untergräbt das öffentliche Vertrauen.

**Hinweis:** In Kürze versende ich eine weitere E-Mail – mit dem Start des „**Nuggets Archiv**“, in dem einige der spannendsten Nuggets gesammelt sind!

**Um diesen Newsletter regelmäßig zu erhalten, hier klicken:**

**Anmeldung:**  
**„Golden Nuggets der Allgemeinmedizin“**

Der Newsletter von & für Allgemeinmediziner.  
Spannend, praktisch, evidenzbasiert & kurz.  
Kostenlos & ohne Industrie-Finanzierung.



DDr. Florian Stigler, MPH  
Allgemeinmediziner, Gesundheitswissenschaftler  
Herausgeber der „**Golden Nuggets der Allgemeinmedizin**“  
[LinkedIn](#) / [Lebenslauf](#)

**Anmeldung:** [\*\*family-medicine.org\*\*](https://family-medicine.org)