

Expertenrat: Thema Cholesterinsenker Müdigkeit & Muskelprobleme



Mag. Dr. Johannes-Paul Fladerer-Grollitsch, MSc
Experte

Experte Mag. Dr. Johannes-Paul Fladerer-Grollitsch erklärt, warum es bei Statinen (Cholesterinsenker) häufig zu unerwünschten Begleit-

erscheinungen kommt – und was Sie dagegen tun können.

Fast acht Millionen Deutsche nehmen aufgrund eines zu hohen Cholesterinspiegels Statine (cholesterinsenkende Medikamente) ein. Diese reduzieren das Risiko zahlreicher Herzkreislauf-Erkrankungen und sind daher essenziell in der Therapie. Wie bei

den meisten Arzneimitteln kann es auch bei einer Statin-Therapie zu unerwünschten Begleiterscheinungen kommen. Ein Leser fragt nach ...

Heinrich Zeller:

Ich nehme seit einiger Zeit ein cholesterinsenkendes Medikament. Mein Arzt ist zufrieden mit den Werten – aber ich fühle mich oft

müde und antriebslos. Außerdem bemerke ich beim Spazierengehen oder bei der Gartenarbeit ein unangenehmes Ziehen in den Muskeln. Könnte das mit dem Medikament zusammenhängen?"

Dr. Fladerer-Grollitsch:

Das kann tatsächlich sein. Statine reduzieren nicht nur die Bildung von Cholesterin, sondern auch die körpereigene Produktion von Coenzym Q10. Im Gegensatz zum überschüssigen Cholesterin ist dieser Stoff lebenswichtig für unseren Körper. Er wird von jeder einzelnen Zelle zur Energiegewinnung benötigt – so auch von Herz und Muskulatur. Ist zu wenig davon vorhanden, kann es zu den genannten Begleiterscheinungen kommen. Kardiologen empfehlen daher, neben den Cholesterinsenker zusätzlich Coenzym Q10 einzunehmen. Um dem Körper genügend des essenziellen Nährstoffes zuzuführen, ist das österreichische Qualitätsprodukt Dr. Böhm® Coenzym Q10 nun auch in deutschen Apotheken erhältlich. Nur eine Kapsel liefert die empfohlene Tagesdosis von 100 mg.

Wichtig zu wissen:

Bei den Kapseln von Dr. Böhm® wurde der Wirkstoff in hochwertigem Olivenöl gelöst. Das ist entscheidend, denn Coenzym Q10 ist fettlöslich und kann nur so optimal über den Darm aufgenommen werden.

APOTHEKEN-EMPFEHLUNG

NEU

Nahrungsergänzungsmittel

- ✓ Nur 1x täglich
– 100 mg Ubichinon
- ✓ Verringert Müdigkeit (Vitamin B12)
- ✓ Sehr gute Bioverfügbarkeit
– in Öl gelöst

Falls nicht vorrätig, bestellt Ihre Apotheke Dr. Böhm® Coenzym Q10 für Sie unter:
PZN: 20398051 (30 Stk.)

KROATIEN
SÜDROUTE mit der Motoryacht erleben

AUF DIESE LEISTUNGEN DÜRFEN SIE SICH FREUEN:

- Direktflug ab/bis Berlin nach Split und zurück
- Alle Transfers vor Ort, inklusive Transfer zur Altstadt von Dubrovnik
- **7x Übernachtung an Bord der MOTORYACHT AZZURO oder RELAX**
- 7x Frühstücksbuffet, 6x Mittagessen, 1x Abendessen
- Täglicher Kabinenservice
- Bettwäsche, Handtücher und Körperpflegeprodukte

Ausflugsprogramm:

- Stadtführung „Historisches Split“ mit Besichtigung des römischen Diokletianpalasts
- „Inseltraum Hvar“ mit Ortsführung durch die venezianischen Gassen
- „Auf den Spuren von Marco Polo“ – Besichtigung der Sehenswürdigkeiten Korčulas
- „Auf den Spuren von Odysseus“ – durch den Inselnationalpark Mljet
- „Historisches Dubrovnik“ – Weltkulturerbe an Dalmatiens Sonnenküste
- „Makarska – die Perle der Makarska Riviera“
- „Marmorinsel Brač“ – Besichtigung des charmanten Küstenorts Pučišća
- **Bootsfahrt im Inselnationalpark Mljet**
- **Trogir** – mittelalterliches Kleinod an der Riviera von Kastela (flugzeitenabhängig)

- Inkludierte Eintritte: Eintrittsgelder Nationalparks
- Fachkundige, örtliche reiseWelt-Reiseleitung ab/bis Split

Zuschlag: * + € 100,- p. P.

Exklusive Leserreisen LEIPZIGER VOLKSZEITUNG LVZ

RADREISE KÄRNTEN
Genießer-Radreise auf der Sonnenseite der Alpen

29.09. – 05.10.2026
7 Tage

UNSER TOP-PREIS:
ab **€ 1.190,-** p. P.
Einzelzimmerzuschlag:
€ 130,- (limitiert)

Achtung! Diese Reise ist auch ohne Radprogramm buchbar. Inklusive Ausflugsprogramm: Millstätter See, die Skiflugschanze in Planica, Tarvisio, Bergbahn und Schifffahrt.

Gute Gründe für diese Reise:

- ✓ Eine unserer beliebtesten Radreisen mit vielen Höhepunkten und einem erstklassigen Standorthotel
- ✓ Kulinarische Erlebnisse mit saisonalen und regionalen Köstlichkeiten sowie kostenfreie Nutzung des hoteleigenen Badestrands sowie der Vital- Saunalandschaft

AUF DIESE LEISTUNGEN DÜRFEN SIE SICH FREUEN:

- Fahrt im modernen Fernreisebus ab Leipzig
- Sicherer und kontaktloser Radtransport im Anhänger, alle Transfers vor Ort
- 1x Übernachtung im guten Mittelklassehotel im Raum Mittersill mit Abendessen & Frühstück
- 5x Übernachtung im **4-Sterne-Hotel ARLBERGERHOF VITAL in Weißensee**
- Komfortable Zimmer mit Bad oder DU/WC, Föhn, TV, Safe, Sitzecke und Balkon
- 5x Vital-Frühstücksbuffet, 5x Verwöhn-Abendessen als 4-Gänge-Menü
- Nutzung der Vital-Saunalandschaft mit herrlichem Seeblick und des hauseigenen Badestrands
- Uriges Spezialitätenessen in einer Mühle

Rad- und Ausflugsprogramm: Radtour „Der Drautal-Radweg“, Radtour „Rund um den Millstätter See“, Radtour „Alpe-Adria“, Radtour „Naturpark Weißensee“, Radtour „Unbekanntes Gailtal – die Karnische Dolomitenstraße“

- Weißensee-PremiumCARD mit zahlreichen Vergünstigungen vor Ort:
- Weißensee-Naturparkbus, Weißensee-Bergbahn, Weißensee-Linien-Schifffahrt
- Einkaufsgutschein von VeloCulTour im Wert von € 25,- pro Person (Mindesteinkaufswert € 50,- pro Gutschein)
- Begleitung durch professionellen Radmechaniker auf allen Etappen
- Fachkundiger, örtlicher reiseWelt-Radguide

Beratung & Buchung: Telefon: 06655 9609-0 reiseWelt Teiser & Hüter GmbH | Fuldaer Str. 2 | 36119 NeuhoF | www.reiseWelt-neuhoF.de **Buchungscode 5404**

Alle Stars. Alle Tickets. Deutschlandweit.

Ihre Tickets erhalten Sie in unseren Shops:

- im LVZ Foyer | Leipzig, Peterssteinweg 19
- 0800 2181050*
- im Barthels Hof | Leipzig, Hainstraße 1
- ticketgalerie.de

und in allen Geschäftsstellen Ihrer Zeitung.

*Gebührenfreie Tickethotline: Mo. bis Fr. 8.00 bis 20.00 Uhr, Sa. 9.00 bis 15.00 Uhr

Ticket Galerie
LIVE ERLEBEN.