

Die Stufen zum Gleichgewicht

Abnehmen auf sanfte Weise

Artikel in „Top Medizin 12/2001“

Die Häufigkeit der Adipositas hat weltweit im 20. Jahrhundert um 100% zugenommen, davon allein 30% in den zwei letzten Jahrzehnten. Übergewicht sollte somit längst nicht mehr nur als Krankheit, sondern vielmehr als Epidemie betrachtet werden. Obwohl die WHO seit mehr als einem Jahrzehnt die Adipositas als eigenes Krankheitsbild anerkannt hat, gilt krankhaftes Übergewicht in unseren Breiten leider noch immer als primär kosmetisches Problem.

Adipositas

Gemeinsam gegen die neue Epidemie



**B. Bahadori,
Mürzzuschlag**

Gewichtsreduktion zählt sich aus

Erhöhte Fettmasse geht mit einer Reihe von Risikofaktoren für die Entstehung von chronischen Krankheiten einher, wie Hypertonus, Hyperlipidämie und Diabetes. Dadurch ist die Adipositas neben dem Zigarettenrauchen zu den häufigsten vermeidbaren Todesursachen zu zählen. Ein Gewichtsverlust von 5-10 kg kann bereits zu einer Senkung der Mortalität um 20%, der übergewichtsassoziierten Karzinomtodesfälle um 40%, sowie einer Senkung des Blutdrucks um 20 mmHg systolisch und 10 mmHg diastolisch führen. Der Nüchternblutglukosewert sinkt um die

Hälfte, das Gesamtcholesterin um 10%, die LDL-Fraktion um 15%, die Triglyzeride um 30% und die HDL-Werte nehmen um 8% zu.

Weitere Begleiterkrankungen des Übergewichts sind degenerative Arthritiden, depressive Störungen, Dyslipidämien, Hyperurikämie/Gicht, kardiovaskuläre Erkrankungen, erhöhte Karzinominzidenz im Kolon, der Gallenblase, des Pankreas, der Leber, der Niere und hormonabhängiger Tumore (Endometrien, Ovarien, Brust, Zervix und Prostata), hormonelle Störungen, pulmonale Komplikationen, Erkrankungen der Gallenblase sowie psychosoziale und ökonomische Probleme. Mit dem Ausmaß des Übergewichts erhöht sich auch deutlich die Morbiditäts- und Mortalitätsrate.

Unbefriedigender Status quo

Bei einer Erkrankung, die an der Pathogenese von Diabetes bis Krebs beteiligt ist, kann man berechtigterweise eine simple Betrachtung als reine Problematik der Energiebilanz

nicht mehr vertreten. Eine Inzidenz von bald 50% (Australien ist heute Weltmeister mit 60%) der Adipositas in den Industrienationen unterstreicht die enorme Wichtigkeit der Erforschung der pathophysiologischen und psychologischen Ursachen dieser Volkskrankheit und die Entwicklung neuer Therapiemethoden.

Eine Erfolgsrate von unter 5% bei den herkömmlichen Therapiemethoden und eine zunehmende Ausbeutung der Patienten durch unseriöse

Infotelefon: +43 (0) 664 / 54 000 98

E-mail: info@die7stufen.com | www.die7stufen.com