

Folge- und Begleiterkrankungen bei Übergewicht

Laut Professor Arnold Astrup aus Kopenhagen (9th European Congress on Obesity, ECO, Juni 1999, Mailand) gilt für Adipöse ein mehr als dreifach höheres Risiko als für Normalgewichtige, an folgenden Krankheiten zu erkranken:

- **Diabetes** mellitus Typ 2
- Gallenblasenerkrankungen
- **Bluthochdruck**
- Fettstoffwechselstörungen
- Atembeschwerden
- Schlafapnoe

Zwei bis dreimal häufiger als bei Normalgewicht treten auf:

- koronare Herzkrankheiten
- **Arthrose**
- **Gicht**

Adipöse haben auch ein erhöhtes Risiko (bis zweimal häufiger) für:

- bestimmte Krebserkrankungen (Gebärmutter-, Brust-, Gebärmutterhals-, Prostata- und Gallenblasenkarzinom)
- Sexualhormonstörungen
- Rückenschmerzen

Übergewicht erhöht zusätzlich die Thrombose- und Emboliegefahr und bedeutet nicht zuletzt auch ein erhöhtes Risiko bei Operationen und Narkosen. Adipositas führt zu psychosozialen Problemen und Einschränkungen der Lebensqualität. Betroffene leiden häufig unter Depressionen, einem verminderten Selbstwertgefühl sowie einer geringeren Anerkennung durch die Umgebung.

Insulinresistenz und metabolisches Syndrom

Von Insulinresistenz spricht man, wenn ein erhöhter Insulinspiegel bei gleichzeitig verminderter Ansprechbarkeit des Körpers auf die Wirkung von Insulin, vorliegt. Die häufigste Ursache dafür ist Überernährung mit leicht verwertbaren Kohlenhydraten. Die Bauchspeicheldrüse produziert immer mehr Insulin, damit endlich der Blutzuckerspiegel sinkt. Trotzdem bleibt dieser infolge von Resistenzbildung auf Insulin zu hoch. Resultate sind Diabetes mellitus Typ 2 und eine erschöpfte Bauchspeicheldrüse.