


ADIPOSITAS BEI FRAUEN


- Rund ein Viertel der deutschen Frauen sind von Adipositas ($\text{BMI} \geq 30 \text{ kg/m}^2$) betroffen – mit steigender Tendenz^{1,2}
- Verschiedene Studien weisen auf Geschlechterunterschiede bezüglich Begleiterkrankungen und soziopsychologischen Folgen der Adipositas bei Frauen und Männern hin und zeigen, dass der Leidensdruck bei Frauen insgesamt höher ist.³


GESUNDHEITLICHE FOLGEN




Adipositas, besonders das Bauchfett, hat großen Einfluss auf Stoffwechsel und Hormonhaushalt. Das so genannte viszerale Fettgewebe produziert biologisch aktive Östrogene, die zu gynäkologischen Krankheitsbildern führen können.^{4,5,6}

 **Hormonelle Störungen** können Zyklusstörungen, verminderte Fruchtbarkeit und polyzystisches Ovarsyndrom (PCOS) verursachen.⁷

 **Erhöhtes Risiko in der Schwangerschaft mit Auswirkungen auf Mutter und Kind**, da unter anderem das Risiko für Schwangerschaftsdiabetes, hohen Blutdruck, sowie Früh- und Fehlgeburten größer ist.^{8,9}

 Übergewicht ($\text{BMI} \geq 25 \text{ kg/m}^2$) und Adipositas ($\text{BMI} \geq 30 \text{ kg/m}^2$) können die Entstehung verschiedener **Stoffwechselstörungen** wie Diabetes, Bluthochdruck oder überhöhte Cholesterinwerte begünstigen – typische Risikofaktoren für Herzinfarkt und Schlaganfall. Auch Stoffwechsel gesunde Frauen mit Übergewicht oder Adipositas haben ein erhöhtes Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen.^{10,11,12}

 Außerdem ist das Risiko für die Entstehung **bestimmter Krebsarten**, wie Tumore der Verdauungsorgane sowie hormonabhängige Krebserkrankungen erhöht, z. B. Brustkrebs.^{7,13}


PSYCHOSOZIALE FOLGEN




Adipositas ist nicht nur ein medizinisches oder körperliches Problem. Gerade bei Frauen spielen auch die Folgen im sozialen Bereich sowie für die psychische Gesundheit eine bedeutende Rolle.¹⁴

 Frauen berichten mit steigendem Körpergewicht über mehr **Depressivität**, ein **niedrigeres Selbstwertgefühl** sowie eine **geringere Lebensqualität** als Männer.¹⁵

 Frauen mit Adipositas werden besonders häufig wegen ihres Aussehens von ihrem Umfeld **stigmatisiert**.^{16,17}

 Übergewichtige Menschen werden generell **in der Berufswelt oft benachteiligt**, z. B. bei der Einstellung oder bei der Einschätzung ihrer Kompetenzen. Bei stark übergewichtigen Frauen kommen noch **Einbußen im Gehalt** hinzu.^{16,18}

 Aufgrund gewichtsbedingter Stigmatisierung sind adipöse Frauen auch **in Partnerschaften unzufriedener** als normalgewichtige Frauen. Zudem sind sie **häufiger alleinstehend** – trotz ihres Wunsches nach einer festen Beziehung.¹⁹

EXPERTENSTATEMENT:

„Übergewicht ist gerade für Frauen meist sehr belastend. Schnell wird ihnen unterstellt, sie seien willensschwach, faul, hätten gar eine geringe Bildung. Sowas nagt am Selbstwertgefühl. Zudem übernehmen die Frauen oft das gesellschaftliche Vorurteil, dass sie allein an ihrer Situation schuld seien. Adipositas ist jedoch kein Lifestyle-Problem, es ist eine ernstzunehmende chronische Erkrankung!

Eine Erkrankung, die unter ärztlicher Kontrolle behandelt werden sollte. Wir können betroffene Frauen unterstützen, ihr Gewicht zu regulieren und ihre Gesundheit wiederzuerlangen. Dabei berücksichtigen wir auch die spezifischen Anforderungen an die Behandlung, wie z. B. den Hormonstatus der Frau.

Ernährungs-, Bewegungs- und Verhaltenstherapie bilden stets die Basis. In bestimmten Fällen können wir zudem unterstützend Medikamente einsetzen.“

Dr. Anne Lautenbach, UKE Hamburg



Referenzen

1. IFB Adipositas. Erkrankungen. Entwicklungen. Online verfügbar unter: <https://www.ifb-adipositas.de/adipositas/entwicklungen>. Zuletzt abgerufen: August 2018.
2. Nationale Verzehrstudie II. Max-Rubner-Institut. Bundesforschungsinstitut für Ernährung und Lebensmittel. Online verfügbar unter: krank.de/wp-content/uploads/2017/04/NVS_II_Ergebnisbericht_Teil_1.pdf. Zuletzt abgerufen: August 2018.
3. Kautzky-Willer, A. Wien Med Wochenschr (2016) 166: 75. doi.org/10.1007/s10354-016-0440-7.
4. Abdominal fat and what to do about it. Visceral fat more of a health concern than subcutaneous fat. <https://www.health.harvard.edu/newsweek/Abdominal-fat-and-what-to-do-about-it.htm>. Zuletzt abgerufen: August 2018.
5. Kleine-Gunk B Journal für Menopause 2000;1:7–13.
6. Stulnig T Journal für Ernährungsmedizin 2012;14(4):18–20.
7. Deutsche Adipositas-Gesellschaft (DAG). Interdisziplinäre Leitlinie der Qualität S3 zur Prävention und Therapie der Adipositas. Online verfügbar unter: www.adipositas-gesellschaft.de/fileadmin/PDF/Leitlinien/S3_Adipositas_Praevention_Therapie_2014.pdf. Zuletzt abgerufen: August 2018.
8. Risiken in der Schwangerschaft bei adipösen Frauen. www.ifb-adipositas.de/blog/2011-09-15-risiken-der-schwangerschaft-bei-adipoesen-frauen. Zuletzt abgerufen: August 2018.
9. Catalano PM et al. BMJ 2017;356:j1. doi.org/10.1136/bmj.j1
10. Metabolisches Syndrom: Ursachen & Risikofaktoren. www.internisten-im-netz.de/krankheiten/metabolisches-syndrom/ursachen-risikofaktoren/. Zuletzt abgerufen: August 2018.
11. Metabolisches Syndrom: Symptome & Auswirkungen. www.internisten-im-netz.de/krankheiten/metabolisches-syndrom/symptome-auswirkungen.html. Zuletzt abgerufen: August 2018.
12. Eckel, N et al. The Lancet Diabetes and Endocrinology 2018. doi: doi.org/10.1016/S2213-8587(18)30137-2.
13. Lauby-Secretan S et al. N Engl J Med 2016;375(8):794–798.
14. Larsson, U., J. Karlsson, and M. Sullivan, Impact of overweight and obesity on health-related quality of life-a Swedish population study. Int J Obes Relat Metab Disord, 2002;26(3):p. 417–24.
15. Wright F et al. J Health Psychol 2013;18(4):574–586.
16. McLaren L Epidemiol Rev 2007;29(1):29–48.
17. <https://www.ifb-adipositas.de/blog/2015-09-08-studie-schwer-adipoese-menschen-fuehlen-sich-diskriminiert>.
18. Hilbert A et al. Adipositas 2013;7:150–153.
19. Universitätsmedizin Leipzig, Integriertes Forschungs- und Behandlungszentrum (IFB). Adipositas Erkrankungen. Stigmatisierung in persönlichen Beziehungen. Online verfügbar unter: www.adipositasstigma.de/stigmatisierung/persoennliche_beziehungen.php. Zuletzt abgerufen: August 2018.