

Pressemitteilung

Warum die medikamentöse Adipositas therapie sinnvoll sein kann

Aktuelle Umfrage von Novo Nordisk deckt weit verbreitete Missverständnisse über Adipositas auf

Mainz, 19. Januar 2026. Alljährlich starten Millionen Menschen mit dem Ziel „Abnehmen“, einem der weitverbreitetsten guten Vorsätze, ins neue Jahr.¹ Doch bereits Mitte Januar haben die meisten ihre Neujahrsvorsätze schon wieder aufgegeben. So ergeht es jedes Jahr auch vielen Menschen mit der chronischen Stoffwechselerkrankung Adipositas. Eine aktuelle Umfrage von Novo Nordisk, die in fünf europäischen Ländern durchgeführt wurde, hat ergeben: Die Mehrheit (55%) der befragten Menschen mit Adipositas, die im Januar versuchen, abzunehmen, gibt mangelnde Unterstützung als größte Hürde für die Aufrechterhaltung ihrer Bemühungen an. Die Umfrage zeigt auch: Um das Thema Adipositas ranken sich noch immer viele Missverständnisse. Fast der Hälfte der befragten Deutschen (47%) ist nicht bewusst, dass Adipositas laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) eine komplexe chronische Erkrankung ist² und ärztliche Unterstützung erfordert. Betroffenen ist daher Mut zu machen. Denn eine erfolgreiche Adipositas-Behandlung ist nicht nur eine Frage von „weniger essen und mehr Bewegung“. Es ist eine Gemeinschaftsaufgabe von Arzt oder Ärztin und Patient:in. Viel wichtiger als der erfolgreiche Start ins neue Jahr ist eine sachkundige ärztliche Behandlung sowie eine ganzheitliche und individuell abgestimmte Adipositas-Therapie.

„Adipositas wird leider noch immer häufig als Folge mangelnder Disziplin missverstanden“, berichtet auch Josefin Kirsch, Ärztin und Adipositas-Expertin, aus ihrem Praxisalltag. Dabei handelt es sich um eine chronische Erkrankung, bei der kurzfristige Maßnahmen wie Diäten für eine nachhaltige Gewichtsabnahme praktisch nie wirksam sind und stattdessen meist zu dem sogenannten Jo-Jo-Effekt führen.² Die Folge: Stigmatisierung und Diskriminierung von Menschen mit Übergewicht sind Alltag in der Gesellschaft. So geben 81% der befragten Menschen mit Adipositas an, aufgrund ihres Übergewichts Stigmatisierungen zu erleben.

Warum ärztliche Hilfe wichtig ist

Wer ständig hört, es fehle nur an Disziplin, glaubt es irgendwann selbst. Dies führt häufig zu Schuldgefühlen, Isolation, Rückzug und dem Gefühl, alles auf eigene Faust stemmen zu müssen. Die Mehrheit der befragten Menschen mit Adipositas gibt an, dass ihre Adipositas-Erkrankung ihre psychische Gesundheit (89%) sowie soziale Interaktionen (79%) negativ beeinflusst – ein

Teufelskreis, aus dem es ohne ärztliche Unterstützung häufig nicht zu entkommen ist.³ Kirschs Anliegen ist es deshalb, Betroffene aus der Schuldspirale zu befreien. „Aufgrund der Stigmatisierung und der damit verbundenen psychischen Folgen scheuen sich Menschen mit starkem Übergewicht häufig ärztliche Unterstützung in Anspruch zu nehmen – obwohl sie für eine erfolgreiche Adipositas-Behandlung entscheidend ist“, so Josefin Kirsch.

Erfolgreiche Adipositas-Behandlung ist eine Gemeinschaftsaufgabe

Um den Teufelskreis zu durchbrechen, ist es nötig, Betroffenen auf Augenhöhe zu begegnen. Für Ärzt:innen bedeutet das: Eine empathische und unterstützende Gesprächsführung ist essenziell. Zudem gilt es, Vertrauen aufzubauen und ein unterstützendes Netzwerk aus medizinischem Fachpersonal, Familie, Freunden und Betroffenengruppen zu etablieren. „Das Management einer Adipositas-Erkrankung ist eine Mut erfordernde und kontinuierliche Reise, die jedoch keine einsame sein sollte. Denn dabei steht nicht nur die reine Gewichtsabnahme im Fokus, sondern auch eine nachhaltige Verbesserung der allgemeinen Gesundheit und Lebensqualität“, betont Kirsch.

Hinweis an Journalist:innen: Eines der größten Probleme für Patient:innen mit Adipositas ist es, geeignete ärztliche Behandlung zu finden. Unter www.über-gewicht.de erhalten Betroffene bei jeder Station auf ihrer Abnehmreise Unterstützung: Neben umfangreichen, verständlich aufbereiteten Informationen finden sie hier spezialisierte Ärztinnen und Ärzte in ihrer Nähe. Ab sofort bietet die Website über-gewicht.de auch eine Telemedizinübersicht, die verschiedene Anbieter und ihre Videosprechstunden-Angebote aufzeigt. Zusätzlich gibt es einen Apothekenfinder, der Patient:innen die unkomplizierte Einlösung ihrer Rezepte – sowohl online als auch offline – ermöglicht. Mit diesen Angeboten möchte Novo Nordisk Menschen mit Adipositas den Zugang zu einer modernen und effizienten Versorgung erleichtern: schnell, diskret und flexibel von jedem Ort aus.

Über die Novo Nordisk Umfrage

Die Umfrage wurde von Focal Data im Auftrag von Novo Nordisk in Deutschland, Italien, Polen, Frankreich und Spanien zwischen dem 11. Dezember und dem 15. Dezember 2025 durchgeführt. Es wurde eine repräsentative Stichprobe von 10452 Erwachsenen (ca. 2000 pro Land) befragt, darunter waren 2617 Menschen, die mit Adipositas leben. Die Stichproben waren geschlechtsausgewogen. Die Umfrage entspricht allen Richtlinien der Market Research Society (MRS).

Über Adipositas

Adipositas ist laut WHO eine chronische Erkrankung,⁴ die eine langfristige Behandlung erfordert. Bis 2035 könnte mehr als die Hälfte der Weltbevölkerung unter Übergewicht oder Adipositas leiden. Das sind mehr als vier Milliarden Menschen.⁵ Adipositas kann schwerwiegende gesundheitliche Folgen haben und mit einer verringerten Lebenserwartung einhergehen.^{6,7} Adipositas-assoziierte Komorbiditäten umfassen unter anderem: Typ-2-Diabetes^{2,8}, Herzerkrankungen⁸, das obstruktive Schlafapnoe-Syndrom⁹ und bestimmte Krebsarten.⁸ Adipositas ist eine komplexe, multifaktorielle Krankheit, die durch genetische, physiologische, psychologische, sozioökonomische und Umweltfaktoren entstehen kann.¹⁰ Weitere Informationen unter www.ueber-gewicht.de.

Über Novo Nordisk Deutschland

Novo Nordisk ist ein weltweit führendes Unternehmen im Gesundheitswesen, das 1923 gegründet wurde und seinen Hauptsitz in Dänemark hat. Wir treiben Veränderungen voran mit dem Ziel, schwere chronische Krankheiten zu besiegen. Die Basis dafür bildet unsere langjährige Erfahrung in der Behandlung von Diabetes. Wir arbeiten an wissenschaftlichen Innovationen bis hin zur Heilung von Krankheiten, fördern den Zugang zu unseren Produkten für Patient:innen weltweit und engagieren uns aktiv für Prävention. Novo Nordisk beschäftigt circa 78.400 Menschen in 80 Ländern und vermarktet seine Produkte in rund 170 Ländern. Deutschlandweit sind circa 550 Mitarbeiter:innen für Novo Nordisk tätig, rund die Hälfte davon am Hauptsitz in Mainz. Weitere Informationen unter www.novonordisk.de.

Referenzen

1. Statista. Häufigste gute Vorsätze für das Jahr 2026 in Deutschland . Verfügbar unter: <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/952182/umfrage/umfrage-in-deutschland-zu-den-beliebtesten-neujahrsvorsuetzen/> Letzter Zugriff: Januar 2026
2. World Health Organization. Obesity and Overweight Factsheet no. 311. Verfügbar unter: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/>.
3. Deutsche Adipositas-Gesellschaft (DAG) e.V. *S3-Leitlinie Adipositas - Prävention Und Therapie*. Vol Version 5.0.; 2024.
4. World Health Organization. Obesity and Overweight Factsheet no. 311. Verfügbar unter: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/>. Letzter Zugriff: Januar 2026
5. World Obesity Federation. World Obesity Atlas 2025. Verfügbar unter: <https://data.worldobesity.org/publications/world-obesity-atlas-2025-v6.pdf>.
6. Guh DP, Zhang W, Bansback N, et al. The incidence of co-morbidities related to obesity and overweight: A systematic review and meta-analysis. *BMC Public Health*. 2009;9.
7. Peeters A, Barendregt JJ, Willekens F, et al. Obesity in Adulthood and Its Consequences for Life Expectancy: A Life-Table Analysis. *Ann Intern Med*. 2003;138:24-32.
8. Guh DP, Zhang W, Bansback N, et al. The incidence of co-morbidities related to obesity and overweight: A systematic review and meta-analysis. *BMC Public Health*. 2009;9(1):88.
9. Gami AS, Caples SM, Somers VK. Obesity and obstructive sleep apnea. *Endocrinol Metab Clin North Am*. 2003;32(4):869-894.
10. Wright SM, Aronne LJ. Causes of obesity. *Abdom Imaging*. 2012;37(5):730-732.

Weitere Informationen:

Novo Nordisk Pharma GmbH
Veronique Gairing, Senior Communications Manager
Telefon: +49 172-1738108 (mobile)
de-presse@novonordisk.com

Burson GmbH
Lisa van der Linden
Telefon: +49 1732139224 (mobile)
lisa.vanderlinden@bursonglobal.com