Geht das Risiko für Folgeerkrankungen nach Gewichtsreduktion wieder zurück?

Es ist sinnvoll abzunehmen, und es ist nie zu spät, da das Risiko von Folgeerkrankungen mit der Beseitigung von Risikofaktoren sinkt.

PATIENTENINFO

Überreicht durch:

Praxisstempel

Für gesetzlich Versicherte:

Einige medizinische Leistungen können von den Krankenkassen nicht bzw. nicht in jedem Fall (z.B. auf eigenen Wunsch) übernommen werden und müssen deshalb vom Patienten selbst bezahlt werden.

Die aktuellen Preise entnehmen Sie bitte dem Auftragsschein für individuelle Gesundheitsleistungen.

Für privat Versicherte:

Es erfolgt eine Kostenübernahme der privaten Krankenversicherung nach gültiger GOÄ, wenn kein vorheriger Leistungsausschluss bestand. Falls Sie hierzu Fragen haben, wird Ihr Arzt Sie gerne beraten.

IMD®
Labor Greifswald
MVZ Labor Greifswald GmbH

Vitus-Bering-Straße 27a, 17493 Greifswald

T: +49 3834 8193-0
F: +49 3834 8193-39
E: kontakt@imd-greifswald.de
W: www.imd-greifswald.de

EMAS GEPRÜFTES UMWELTMANAGEMENT DE-182-00015

DAkkS Deutsche Akkreditierungsstelle D-ML-18055-01-00

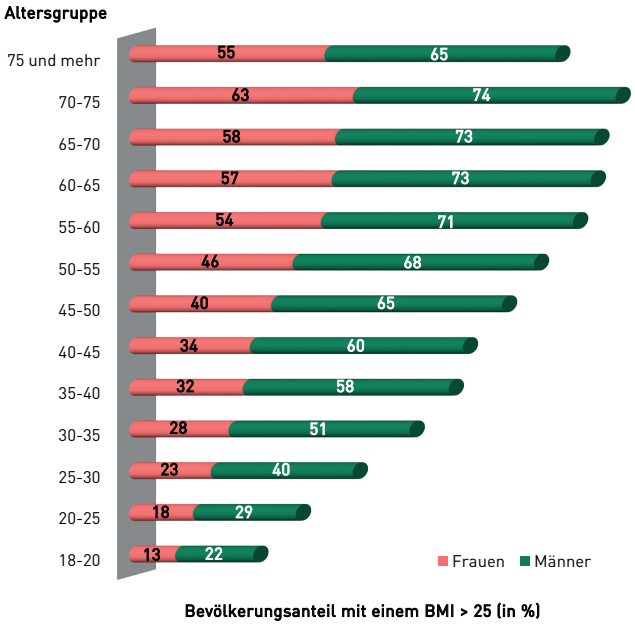
PATIENTENINFO

Übergewicht (Ursachenbestimmung/ Risikobestimmung)

Oder doch lieber gesund?

FL_071_02, Fotos: © fotolia

IMD®
Labor Greifswald



Quelle: Statistisches Bundesamt, 2009

Ist Übergewicht überhaupt ein Problem?

Übergewicht ist ein schwerwiegendes soziales und gesundheitliches Problem. Wenn man beispielsweise die Deutschen ab dem 45. Lebensjahr betrachtet, ist jeder Zweite übergewichtig. Schönheitsideale wandeln sich im Laufe der Zeit von füllig nach mager und wieder zurück. Das Problem Übergewicht führt aber immer zu schwerwiegenden Folgeerkrankungen, wie:

- Arteriosklerose (Gefäßverkalkung)
- Endokrinologische Störungen
- Stoffwechselstörungen
- Degenerative Gelenkerkrankungen
- Nachlassen der sexuellen Potenz

Wann kann man von Übergewicht sprechen?

Einfach zu ermittelnde Rechenwerte bestimmen die Schwere des Übergewichtes und den Gefährdungsgrad aufgrund der Fettverteilung.

- **WHtR (Waist-to-height ratio)**
  Verhältnis von der Größe zur Taille
- **W/H-Ratio (Waist-to-Hip-Ratio)**
  Verhältnis von Hüft- zu Taillienumfang
- **BMI (Body Mass Index)**
  Quotient aus Körpergewicht und dem Quadrat der Körpergröße

Was sind die Ursachen für Übergewicht?

Für die normalen Stoffwechselvorgänge benötigt der Körper Energie. Dieser Energiebedarf nimmt, mit dem 30. Lebensjahr beginnend, ständig ab. Bei gleichbleibender Nahrungsaufnahme wird somit ständig ein Zuviel an Energie zugeführt. Wenn diese Energie nicht durch ausreichende Bewegung abgebaut wird, erfolgt eine Umwandlung in Körperfett.

Fett- und kalorienreiche Ernährung verstärken diesen Effekt. Zur weiteren Einschätzung des individuellen Risikoprofils ist es empfehlenswert, einerseits familienanamnestische Angaben mit einzubeziehen und andererseits auch genetische Dispositionen zu beachten.

In einem bestimmten Prozentsatz sind auch hormonelle Störungen (Schilddrüse, Nebennierenrinde) und die Einnahme von Medikamenten (Pille, Antidiabetika, Glukokortikoide...) Ursachen für die Gewichtszunahme.

Was macht Fettgewebe so gefährlich?

Im Fettgewebe werden entzündungssteigernde Substanzen gebildet, die zu einem oxidativen Stress und der Bildung freier Radikale führen. Endpunkte dieser Entwicklung können Diabetes Typ 2, Herzinfarkt oder Schlaganfall sein.

Wie kann unser Labor helfen?

Die Bestimmung ausgewählter Laborwerte kann direkte oder indirekte Risiken für Übergewicht (Diabetes, Fettstoffwechselstörungen, Schilddrüsenerkrankungen, chronischen Stress etc.) identifizieren und konkrete Hinweise für gezielte sinnvolle therapeutische Maßnahmen liefern.

Folgende Parameter wären empfehlenswert:

- Cholesterin
- LDL-Cholesterin
- HDL-Cholesterin
- Triglyceride
- Lp(a)
- HbA1c
- Homocystein
- TSH
- Cortisol

Wie kann ich abnehmen?

Erfolgreiches Abnehmen fängt im Kopf an. Wer wirklich abnehmen will, schafft es! Gesunde Ernährung und Bewegung, Verzicht auf Fahrstuhl und Auto sind besser und wirken länger als zweifelhafte Diäten oder Wunderpillen.
Bei Folgeerkrankungen berät Sie Ihr Arzt über die für Sie beste Therapie.