Erhöhte Mortalität bei Übergewicht erneut bestätigt

Adipöse sterben wirklich vorzeitig

In den letzten Jahren erschienen einige zum Teil widersprüchliche Untersuchungen zu der Frage, ob ein erhöhtes Körpergewicht das Sterblichkeitsrisiko steigert. Nun wurden lange bekannte Ergebnisse erneut bestätigt: Übergewicht und Adipositas sind lebensbedrohliche Gesundheitsrisiken.

■ ■ ■ Untersucht wurden 1,46 Millionen Männer und Frauen (Kaukasier) im Alter von 19–84 Jahren mit einem Body-Mass-Index (BMI) zwischen 15 und 50 kg/m². In die Auswertung gingen 19 Studien ein, die Daten zum Gewicht, zur Größe und zum Rauchverhalten enthielten und das Kollektiv länger als fünf Jahre beobachteten. Das mittlere Alter der Studienteilnehmer betrug 58 Jahre. Häufiges Rauchen war mit einem geringeren BMI assoziiert. Während der Beobachtungszeit von zehn Jahren starben insgesamt 160 087 Personen.

Personen mit einem BMI zwischen 22,5 und 24,9 kg/m² hatten das geringste Sterberisiko. Diese traf für Frauen und Männer gleichermaßen zu (Abb. 1). Wurden Raucher und Personen mit Krebs bzw. einer Herz-Kreislauferkrankung bei der Auswertung eliminiert, lag die niedrigste Mortalität bei einem BMI zwischen 20 und 25 kg/m².

Der Zusammenhang zwischen dem BMI und der Mortalität war umso deutlicher, je jünger die Personen waren. Z.B. war das Risiko bei einem BMI von 35–40 kg/m² bei den 20–49-Jährigen um 44% höher als bei den 70–84-Jährigen.

In allen Altersklassen war die relative Sterblichkeit aufgrund von Herz-Kreislauferkrankungen am höchsten. Sie variierte von 1,38 bei einem BMI von 25–29,9 kg/m² bis zu 4,42 bei einem BMI von 40–49,9 kg/m² (Tab. 1).

In Studien mit einem längeren Verlauf zeigte sich ein höheres adipositasbedingtes Sterblichkeitsrisiko, vor allem in den höheren Gewichtsklassen. Bei Studien mit einer Beobachtungsdauer von mehr als 15 Jahren im BMI-Bereich 40–49,9 kg/m² war das Risiko im Vergleich zum Referenzbereich (BMI 22,5–24,9 kg/m²) um das 3,1-Fache erhöht, bei solchen unter fünf Jahren nur um das 2,3-Fache.

Abbildung 1

Tabelle 1

Mortalität bei Krebs- und Herz-Kreislauf-Erkrankungen

BMI (kg/m ²)	18,5–19,9	20,0–22,4	22,5–24,9	25,0–29,9	30,0–34,9	35,0–39,9	40,0–49,9
Krebserkrankungen	0,9	0,95	1,00	1,09	1,37	1,55	1,85
Herz-Kreislauf-Krankheiten	1,07	0,89	1,00	1,38	2,04	3,03	4,42

Nach N Engl J Med. 2010

■ **Kommentar:** Seit der Veröffentlichung der amerikanischen Lebensversicherungsgesellschaft Metropolitan Life Insurance Company im Jahr 1959 hat sich an der Sicht, ob und wie das Körpergewicht ein Risiko für eine erhöhte Mortalität darstellt, wenig geändert. In den Auswertungen von großen Kollektiven wie der Nurses Health Study (1995), der Cancer Prevention Study (1999), der Framingham Heart Study (2003), dem National Institute of Health Survey (2006), der EPIC-Studie (2008) und den Prospective Studies Colloaboration (2009) zeigten sich ähnliche Ergebnisse wie in der vorliegenden Studie. Der BMI mit der geringsten Mortalität lag in einem Bereich zwischen 20 und 27 kg/m².

Die Berichte in der Boulevardpresse und zum Teil auch in angesehenen Tageszeitungen stellten die Situation jedoch häufig anders dar. Die Süddeutsche Zeitung stützt sich in ihrem Artikel vom 4.7.2008 vorwiegend auf eine Auswertung der NHANES-Datenbasis, in der das Mortalitätsrisiko bei den Jüngeren ab einem BMI von 30 kg/m² und bei den Älteren erst ab

einem BMI von 35 kg/m² erhöht war. Wie kommt es, dass viele Journalisten dieses wissenschaftlich schwierig zu untersuchende und zu beurteilende Thema inkorrekt darstellen? Die meisten Personen, möglicherweise auch adipöse Ärzte, wollen vermutlich lesen, dass die Adipositas kein lebensbedrohliches Gesundheitsrisiko darstellt und „ein paar Pfunde zu viel“ eher von gesundheitlichem Vorteil sind.

Die Unterschiede zur Bewertung der NHANES-Kohorten erklären die Autoren damit, dass dort Raucher und Personen mit Krebs- und Herz-Kreislauf-Krankheiten in die Auswertung eingeschlossen wurden, obwohl bekannt ist, dass Rauchen und konsumierende Erkrankungen mit einer Gewichtsreduktion einhergehen und das Mortalitätsrisiko drastisch erhöhen.

**Prof. Dr. med. Alfred Wirth,
Bad Rothenfelde ■**

■ **Berrington de Gonzalez AP et al. Body-mass index and mortality among 1.46 million white adults. N Engl J Med. 2010;363:2211–2219**