

KRITISCH GELESEN



**Prof. Dr. med.
H. S. Fueßl**

Privatpraxis für
Integrative
Innere Medizin,
München



**Prof. Dr. med.
A. Wirth**

Bad Rothenfelde,
Beirat der Deutschen
Adipositas Gesellschaft



**Dr. med.
V. Homberg**

Klinik für Neurologie,
Zentralklinikum
Bad Berka



**Prof. Dr. med.
N. Diehm**

Interventionelle
Angiologie,
Kantonsspital Aarau,
Schweiz



**Prof. em. Dr. med.
Dr. h. c. D. Reinhardt**

Kinderklinik und Kinder-
poliklinik in Dr. von
Haunerschen Kinder-
spital, München

Auch gesunde Adipöse sind anfällig für Diabetes

Viele Adipöse sind metabolisch gesund – sollten sich deswegen aber nicht in falscher Sicherheit wiegen. Eine Studie zeigt, dass auch ihr Diabetesrisiko stark erhöht ist. Adipositas ist ein unabhängiger Risikofaktor.

Keine Krankheit ist mit der Adipositas so eng vergesellschaftet wie der Typ-2-Diabetes. Dennoch gibt es adipöse Personen, die im Lauf ihres Lebens nicht an Folgekrankheiten leiden. Die Untersuchung an 33.939 israelischen jungen Männern verspricht valide Ergebnisse, da alle Studienteilnehmer der Armee angehörten und hinsichtlich des Lebensstils und der Umwelt nicht sehr divergierten. Ihr metabolischer Status wurde mit Komponenten des metabolischen Syndroms (Blutdruck, Nüchternblutzucker, Triglyzeride, HDL-Cholesterin) charakterisiert, die Adipositas mit dem Body-Mass-Index (BMI). Kein Teilnehmer war diabetisch.

Nach 6,1 Jahren zeigte sich, dass die Neuerkrankung an einem Diabetes sowohl vom BMI als auch vom metabolischen Status abhing. Verglichen mit metabolisch gesunden Normalgewichtigen hatten die Übergewichtigen und Adipösen ein 1,6- bzw. 2,7-fach erhöhtes Risiko, zuckerkrank zu werden. Wurden die Daten hinsichtlich verschiedener Risikofaktoren adjustiert, war das Risiko sogar 1,9- bzw. 3,9-fach gesteigert. Noch höher

war das Risiko bei metabolisch belasteten übergewichtigen (4,8-fach) und adipösen (9,3-fach) Personen. Die Erhöhung des BMI um eine Einheit steigerte – unabhängig vom metabolischen Status – das Diabetesrisiko um 10,6%.

- **Twig G et al.**
Diabetes risk among overweight and obese metabolically healthy young adults. Diabetes Care. 2014;37:2989–95

Kommentar

Diese Untersuchung bestätigt erneut, dass Übergewicht und Adipositas die Entwicklung eines Typ-2-Diabetes enorm begünstigen.

Man geht davon aus, dass ca. 80% aller Typ-2-Diabetiker aufgrund eines erhöhten BMI erkrankt sind. Gezeigt wurde in dieser Studie außerdem, dass auch adipöse Personen ohne metabolische Risikofaktoren ein erhöhtes Diabetesrisiko haben.

Die Autoren gehen auch auf die vor einigen Jahren erschienenen Studien ein, die das gegenteilige Ergebnis hatten, nämlich dass Übergewichtige und Adipöse ohne metabolische Störung kein erhöhtes Diabetesrisiko fürchten müssen. Dieser Unterschied sei auf eine Reihe von methodischen Besonderheiten zurückzuführen.

Eine ähnliche Diskrepanz bestand hinsichtlich der Sterblichkeit. Einige Studien kamen zu dem Ergebnis, dass metabolisch gesunde Übergewichtige und Adipöse eine ähnliche Sterblichkeit aufweisen wie Normalgewichtige. Seit Kurzem liegt eine Metaanalyse vor, die zeigt, dass sowohl die Gesamt mortalität als auch die Mortalität durch Herz-Kreislauf-Krankheiten erhöht ist.

Aus diesen Studien ist zu schließen, dass die Verhinderung von Übergewicht und Adipositas gesundheitlich sinnvoll ist – auch dann, wenn sich bei Gewichtszunahme keine Stoffwechselprobleme einstellen.

Prof. Dr. med. A. Wirth



© michele piacquadio / iStock / Thinkstock

Wer keine Diabeteserkrankung möchte, muss der Völlerei abschwören.