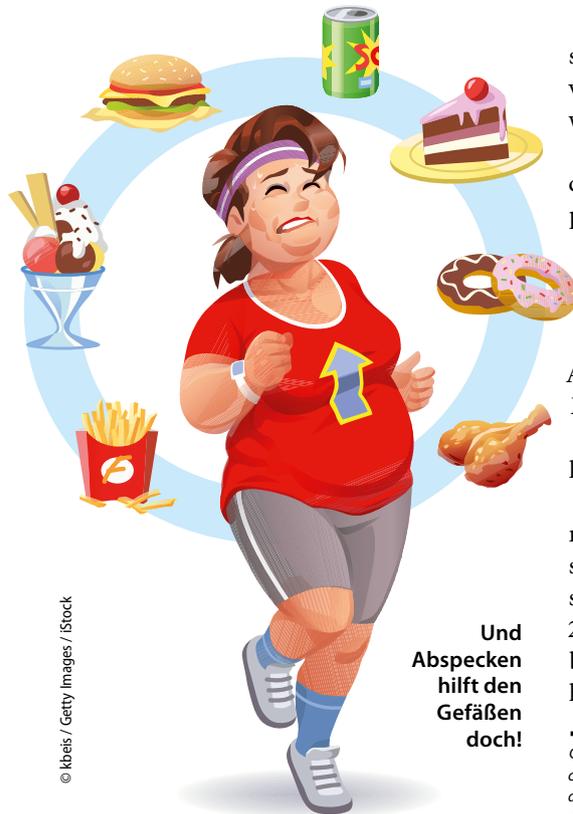


# Diabetiker-Gefäßen tut frühes Abspecken gut

Lebensstil-Interventionen schützen Diabetiker-Herzen nicht sonderlich – das war das enttäuschende Fazit der Look-AHEAD-Studie. Eine neue Analyse der Daten kommt nun zu besseren Ergebnissen.



Und Abspecken hilft den Gefäßen doch!

samt mortalität, PAVK, Koronarinterventionen/Bypass und Hospitalisierung wegen Herzinsuffizienz mit ein.

Die Analyse zeigte, dass Teilnehmer, die im ersten Jahr mindestens 10% Körpergewicht abnahmen, im Vergleich zu den anderen Teilnehmern das Risiko für den primären Endpunkt um 21% ( $p = 0,034$ ) und für den sekundären um 24% verringerten ( $p = 0,003$ ). Ein Anstieg der körperlichen Fitness um  $\geq 2$  MET verringerte immerhin das Risiko für den sekundären Endpunkt signifikant um 23% ( $p = 0,023$ ).

Verglich man unter den Probanden mit 10% Gewichtsverlust die beiden ursprünglichen Studiengruppen, ergab sich in der Interventionsgruppe ein um 21% bzw. 20% niedrigeres Risiko für die beiden Endpunkte. Die Fitness hatte hingegen keinen Effekt.

▪ *The Action for Health in Diabetes (Look AHEAD) Study Group. Association of the magnitude of weight loss and changes in physical fitness with long-term cardiovascular disease outcomes in overweight or obese people with type 2 diabetes: a post-hoc analysis of the Look AHEAD randomised clinical trial. Lancet Diabetes Endocrinol. 2016;4:913–21*

## KOMMENTAR

*Lebensstil-Modifikationen mit dem Ziel der Gewichtsreduktion und der Steigerung der körperlichen Fitness sind bei Typ-2-Diabetikern vielleicht doch erfolgversprechender, als die primären Ergebnisse der Look-AHEAD-Studie suggerieren. Gerade das Ausmaß des Abspeckens scheint positive Langzeiteffekte zu haben. Dies passt zu den Erfolgen der bariatrischen Chirurgie hinsichtlich der Mortalität – hier wird ja in der Regel noch mehr abgenommen. Die schwierigste Aufgabe, so schreiben auch die Autoren, bleibt indes der langfristige Erhalt einer Gewichtsreduktion.*

Prof. Dr. med. K. Mai

— An der randomisierten, kontrollierten Look-AHEAD-Studie nahmen 5.154 übergewichtige oder adipöse Typ-2-Diabetiker zwischen 45 und 76 Jahren teil. Im Rahmen einer intensiven Lebensstil-Intervention zeigte sich keine Reduktion kardiovaskulärer Ereignisse. Nun hat man die Daten noch einmal analysiert, um herauszufinden, ob wenigstens das Ausmaß des Gewichtsverlusts oder der Aufbau körperlicher Fitness gemessen in metabolischen Äquivalenten (MET) im ersten Jahr einen Effekt hatten.

Der primäre Endpunkt bestand aus kardiovaskulärem Tod, Herzinfarkt, Schlaganfall oder Klinikeinweisung aufgrund von Angina pectoris. Der sekundäre Endpunkt schloss zusätzlich Ge-

Hier steht eine Anzeige.

 Springer