



## Adipositas

# Wenn Übergewicht krank macht

Krankhaftes Übergewicht stellt ein zunehmendes Problem in unserer Gesellschaft dar. Im Kompetenzzentrum ADiMet im Spital Thun kümmert sich ein interdisziplinäres Team um übergewichtige Menschen und ihre Begleiterkrankungen.

Übergewichtige Menschen hat es in der Menschheitsgeschichte schon immer gegeben. Diese Gruppe hat sich jedoch weltweit in den letzten Jahrzehnten, vor allem in den zivilisierten Industrieländern, deutlich vergrössert – seit 1980 verdoppelt, in Europa sogar verdreifacht. In der Schweiz haben rund 2,5 Millionen Menschen zu viel Körpergewicht im Verhältnis zu ihrer Körpergrösse. Dieser Trend nimmt laufend zu. Allerdings muss man zwischen übergewichtigen und krankhaft adipösen Menschen unterscheiden. Hierfür nutzen Mediziner den Body-Mass-Index (BMI), um die richtige Einteilung der betroffenen Patienten durchführen zu können. Übergewicht wird ab einem BMI von 30 kg/m<sup>2</sup> als krankhaft beschrieben, und hier beginnen die ausgeprägten Risiken, an den typischen Begleiterkrankungen der Adipositas zu erkranken.

### Überangebot an Nahrung

Die Beschaffung von Nahrung ist heutzutage kein Problem mehr. Zu jeder Zeit und an jedem Ort ist es möglich, Essen zu kaufen und zu verzehren. Auch die Qualität der Lebensmittel hat sich deutlich geändert: Durch die Kombination von zu fettreicher und kohlenhydratreicher Ernährungsweise

(hoher Konsum von energiedichten Lebensmitteln, Fastfood und zuckerhaltigen Softdrinks) und einer Abnahme der körperlichen Betätigung entsteht so ein deutliches Missverhältnis zwischen der Energiemenge, die der Körper braucht und die er tatsächlich am Tag abbaut. Essen kann auch bei vielen Menschen eine Kompensationsmöglichkeit sein, um Stress, soziale Probleme oder psychische Erkrankungen zu bewältigen. Hier entsteht oft ein Teufelskreislauf, indem die Patienten unter der ständigen Gewichtszunahme leiden, sich immer mehr in ihre Esssucht zurückziehen und ohne professionelle Hilfe dieses Suchtverhalten nicht verändern können. Adipositas entsteht also durch viele Ursachen, die in unserer gesellschaftlichen und sozialen Entwicklung wurzeln, allerdings spielen auch genetische Faktoren (die Vererbung von Eigenschaften von unseren Eltern und Grosseltern) eine wesentliche Rolle.

### Drohende Begleiterkrankungen

Das Problem der krankhaften Adipositas ist eben nicht nur ein Zuviel an Körpergewicht, sondern sie ist ein erheblicher Risikofaktor für Begleiterkrankungen, die die Leistungsfähigkeit und Lebenserwartung deut-

lich beeinträchtigen: Bluthochdruck, Schlaganfall und Herzinfarktrisiko, deutlich verschlechterte Atmung und Lungenerkrankungen, Unfruchtbarkeit sowie bösartige Krebserkrankungen sind nur einige Beispiele, die durch krankhaftes Übergewicht provoziert werden können. Eine der dramatischsten und am stärksten zunehmenden Stoffwechselerkrankungen ist der Diabetes mellitus (Zuckererkrankung), der bei schwerster Adipositas mit zunehmendem Lebensalter fast immer als Begleiterkrankung auftaucht. Im Rahmen der Zuckererkrankung ist der Körper nicht mehr in der Lage, ein normales Verhältnis zwischen Zuckerangebot und produzierender Insulinmenge herzustellen. Im Blut fliesst zu viel kohlenhydratreiche Energie in Form von Blutzucker, die wichtige biologische Systeme im Körper beeinträchtigt. Diabetes mellitus begünstigt Schlaganfall, Herzinfarktrisiko, Nierenprobleme, Durchblutungsstörungen sowie die Gefühlsempfindung an den Extremitäten. So führt ein Risikofaktor zum nächsten, und der nicht aufzuhaltende Teufelskreislauf, bedingt durch krankhaftes Übergewicht, nimmt seinen weiteren Lauf. Medikamente können die Zuckererkrankung lediglich regulieren, aber nicht heilen.

#### Der Jojo-Effekt von Diäten

Diäten gibt es viele, und jeder Mensch, der in seinem Leben versucht hat, abzunehmen, weiss, wie viele unterschiedliche Diätmassnahmen in Zeitschriften oder über das Internet angeboten werden. Oft ist es allerdings für den Laien schwierig, die richtige, für ihn passende Methode auszuwählen. Viele Patienten leiden darunter, dass sie nach selbstständig durchgeführten Diäten und auch erfolgreichem Gewichtsverlust rasch wieder zunehmen und oft mehr Gewicht auf die Waage bringen als vor der Diät (Jojo-Effekt). Das ist sehr frustrierend. Übergewicht und krankhafte Adipositas sind jedoch kein Schicksalsschlag, sondern können mithilfe eines professionellen Teams sehr gut therapiert werden.

#### Erfolgreiche Adipositas-Chirurgie

Nach vielfachen gescheiterten Diäten sind Patienten verzweifelt und wissen nicht mehr weiter. Heute sind wir in der Lage, den Patienten durch spe-

zielle chirurgische Massnahmen eine Therapie-Alternative anzubieten. Die Adipositas-Operation, auch bariatrische Chirurgie genannt, ist eine über lange Jahre wissenschaftlich bewiesene Methode, um stark übergewichtigen Menschen in ihrer festgefahrenen Gewichtssituation zu helfen. Vor allem die langfristige gesunde Gewichtsreduktion zeichnet die Adipositas-Chirurgie aus: Neben der beeindruckenden Gewichtsreduktion kann die Adipositas-Chirurgie als einzige Methode bei Patienten mit begleitendem Diabetes mellitus Typ 2 die Zuckererkrankung deutlich verbessern. Hier spricht man von metabolischer Chirurgie (Stoffwechsel-Chirurgie), bei der es zu einer deutlichen Veränderung der Hormonsituation des Magen-Darm-Traktes kommt. Die

### Übergewicht ist ein erheblicher Risikofaktor für schwerwiegende Begleiterkrankungen.

Bauchspeicheldrüse wird reaktiviert, die Sensibilität der peripheren Körperzellen auf das für den Zuckerstoffwechsel wichtige Insulin wird verbessert und Patientinnen und Patienten verlieren oft vollständig ihre gesamte Medikamentenverordnung zur Therapie des Diabetes mellitus Typ 2. Das bedeutet eine enorme, positive Lebensveränderung. Begleiterkrankungen werden verbessert oder verschwinden vollständig und die berufliche und soziale Interaktion verbessert sich wesentlich.



#### Der Autor

Maximilian von Pichler, Dr. med.  
Facharzt für Chirurgie und für  
Viszeralchirurgie (D)  
Stv. Chefarzt der Chirurgischen Klinik  
und Leiter Fachgruppe ADiMet

#### Kontakt:

Spital STS AG, Spital Thun  
Krankenhausstrasse 12, 3600 Thun  
Tel. 033 226 26 83  
adimet@spitalstsag.ch

*Patienten können sich auch an die Spezialisten der Spitäler fmi AG wenden.*

#### Zwei Operationstechniken

Die Adipositas-Operationen, welche im Spital Thun am häufigsten angeboten werden, sind der laparoskopisch durchgeführte Magenbypass oder Magenschlauch. Diese Operationen können auch bei sehr schwergewichtigen Menschen in Schlussellochtechnik, also mit kleinen Schnitten, vorgenommen werden. Dies bedeutet ein geringes Operationstrauma an der Bauchdecke, weniger Schmerzen und rasche Mobilisation nach der Operation. Dieses ist für adipöse Patienten sehr wichtig, da ihre Wundheilung oft nicht gut ist und langes Liegen nach einer Operation das Risiko für eine Thrombose oder Embolie deutlich erhöhet. Bei dem Magenbypass wird der Magen verkleinert und die Resorptionsfläche des Dünn Darms durch den Bypass verkürzt. Bei dieser Operation findet eine Veränderung des Magen-Darm-Traktes statt, ohne Darm oder Magen zu entfernen. Bei der seit einigen Jahren sehr häufig durchgeführten Magenschlauch-Operation wird 80 Prozent des Magens entfernt, und es verbleibt ein dünner Magenschlauch, in welchem deutlich weniger Nahrung aufgenommen werden kann.

#### Hilfe am Spital Thun

Das interdisziplinäre Team des ADiMet-Kompetenzzentrums am Spital Thun hat es sich zur Aufgabe gemacht, den übergewichtigen Menschen in der Region umfassend zu helfen. Eine regelmässige Interaktion und Besprechung zwischen erfahrenen Chirurgen, Internisten, Ernahrungsmedizinern, Sporttherapeuten und Psychologen ist ausschlaggebend für den Erfolg der individuell richtigen Therapie.

Extra:  
Link zur Website des  
ADiMet-Kompetenzzentrums des Spitals  
Thun

