

Kantonsspital Baselland genau für Sie

ADIPOSITAS

GEWICHTSREDUKTION DER GESUNDHEIT ZULIEBE

Immer mehr Menschen sind übergewichtig bis hin zu fettleibig. Die chronische Ernährungs- und Stoffwechselerkrankung Adipositas birgt gesundheitliche Risiken und sollte deshalb behandelt werden.

Wir werden immer schwerer. Der Anteil Übergewichtiger ist fast auf 43 Prozent der Schweizer Bevölkerung angestiegen, über die Hälfte der Männer bringt zu viel auf die Waage. Insgesamt zwölf Prozent gelten als adipös, also krankhaft übergewichtig. Den diesbezüglichen Spitzenplatz belegen die 65–75-Jährigen. Der Anteil adipöser Menschen hat sich in den letzten 30 Jahren verdoppelt. Bereits 15 Prozent der Kinder sind übergewichtig oder sogar fettleibig.

Der Grund für die Gewichtsprobleme liegt vorwiegend in unserem Lebensstil. Viele Menschen nehmen mit der Nahrung mehr

Energie auf, als sie verbrauchen. Dieser Überschuss wird in Form von Fett abgespeichert. Hinzu kommt, dass sich der moderne Mensch aufgrund des motorisierten Verkehrsverhaltens und der vorwiegenden Bürotätigkeit viel weniger bewegt und sich gerne von Fertigprodukten mit hohem Energiegehalt ernährt. In seltenen Fällen kann Übergewicht krankheitsbedingt entstehen, auch bestimmte Medikamente können dazu führen.

Diese Volkskrankheit erhöht das Risiko für Folgeerkrankungen wie Bluthochdruck, Diabetes mellitus, zu hohe Cholesterinwerte, Hirnschlag, Schlafapnoe, Verfettung der Le-

ber, Unfruchtbarkeit, Arthrose sowie verschiedene Krebsarten bis auf das dreifache. Eine schwere Adipositas-Erkrankung in Kombination mit entsprechenden Folgeerkrankungen kann die Lebenserwartung um bis zu zwölf Jahre verkürzen. «Während der Coronapandemie hat man gesehen, dass Adipositas als eigene Erkrankung angesehen werden muss, denn sie erhöhte auch ohne andere Nebenerkrankungen das Sterberisiko. Seither wird die Adipositas als eigene chronische Erkrankung behandelt», erklärt Reinhard Stoll, Leiter Bariatrie am Kantonsspital Baselland (KSBL).

Mehrere Methoden führen zum Erfolg
Starkes Übergewicht entspricht nicht der gängigen Idealvorstellung. Betroffene werden oft als faul dargestellt und aufgefordert «einfach weniger zu essen». Die psychische Belastung ist eine häufige Folge von Fettleibigkeit.



Reinhard Stoll,
Leiter Bariatrie des KSBL



In bestimmten Fällen hilft eine Übergewichtsoperation bei der gewünschten Gewichtsreduktion.



Fast 43 Prozent der Schweizer Bevölkerung bringen zu viel auf die Waage.

Fotos: zlv

Abnehmen ist leichter gesagt als getan, eine erfolgreiche Diät durchzuziehen ist eine echte Herausforderung. So erging es auch Peter*, der trotz wiederholten Diätversuchen kontinuierlich zunahm. Zuerst waren es ein paar Kilogramm zu viel auf der Waage. Aber mit der Zeit kamen immer mehr hinzu, so dass er die Kleidergrösse laufend nach oben anpassen musste. Die überschüssigen Pfunde störten den Mitvierziger zunehmend. Zudem stellte sein Hausarzt einen erhöhten Blutdruck fest. Als die Waage über 130 Kilogramm anzeigte, wurde ihm klar, dass er es ohne professionelle Hilfe nicht schaffte. Der Hausarzt stellte einen Body Mass Index (BMI) von 40 kg/m² fest und meldete ihn in der Bariatrie-Sprechstunde des Adipositaszentrums des KSBL an. Diese bietet umfassende Beratungen an, in denen die optimale, individualisierte Therapie bestimmt wird. «Teilweise gelingt es, mit einer Ernährungsumstellung unterstützend mit Medikamenten eine ausreichende Gewichtsabnahme zu erzielen», so Reinhard Stoll.

«Adipositas wird heute als chronische Erkrankung behandelt.»

Reinhard Stoll,
Leiter Bariatrie am
Kantonsspital Baselland
(KSBL).

Gelingt die Anpassung des Lebensstils nicht, so wird unter bestimmten Umständen eine Übergewichtsoperation ins Auge gefasst. Das Ziel eines solchen Eingriffs ist die Verbesserung der Gesundheit. Das Ergebnis ist in jedem Fall verblüffend: Nach einem solchen Eingriff verlieren Betroffene innerhalb von zwei Jahren in der Regel 25–35% ihres Gewichtes, in Einzelfällen auch mehr. «Viele Patienten sind nach einer solchen Operation erstaunt über das Sättigungsgefühl, das sie schon lange nicht mehr kannten.»

Die Auswirkungen auf den gesundheitlichen Zustand der Betroffenen sind positiv. «Eine Studie zeigt, dass das Risiko, einen Herzinfarkt oder Schlaganfall zu erleiden, drei Monate nach der Operation um 50% sinkt, daran zu versterben, um bis zu 75%. Die Lebenserwartung steigt somit deutlich an.»

Nebst den positiven gesundheitlichen Folgen sinken zudem die durch medizinische Behandlungen und Arbeitsausfälle resultie-

Ab wann ist es zu viel?

Die gängigste Methode für die Beantwortung dieser Frage ist der weltweit anerkannte Body Mass Index, kurz BMI. Mit dieser Formel lässt sich das Verhältnis von Körpergewicht und Körpergrösse berechnen.

Formel zur Berechnung des BMI:

$$\text{BMI} = \frac{\text{Körpergewicht in kg}}{(\text{Körpergrösse in m}^2)}$$

Beispiel für 175 cm Körpergrösse und 70 kg Gewicht: BMI = 70 / (1,75 * 1,75) = 22,86.

Ein BMI bei Erwachsenen zwischen 18,5 kg/m² und 25 kg/m² ist normal, bei einem BMI von 25–30 kg/m² spricht man von Übergewicht. Übersteigt der BMI die Grenze von 30 kg/m², so handelt es sich um eine Adipositas.

Ihr massgeschneidertes Therapiekonzept

Im anerkannten Schweizerischen Referenzzentrum für Adipositaschirurgie (SMOB) des Kantonsspitals Baselland erhalten Patientinnen und Patienten mit Gewichtsproblemen eine umfassende interdisziplinäre medizinische Abklärung und eine individuell zugeschnittene Therapieempfehlung. Das wichtigste Ziel dabei ist es, eine erfolgreiche und nachhaltige Lösung zu finden. In bestimmten Fällen führen spezialisierte Chirurgen Adipositas-chirurgische Eingriffe durch, wie z.B. Magenbypass- und Schlauchmagenoperationen.

Weitere Informationen finden Sie unter:
ksbl.ch/bariatrie

renden Kosten drastisch. Eine begleitete Gewichtsreduktion lohnt sich demnach in allen Aspekten.

Kantonsspital Baselland
ksbl.ch/bariatrie