

2.6 Übergewicht, Bluthochdruck und Hypercholesterinämie

► Zusammenfassung

Übergewicht, Bluthochdruck und Hypercholesterinämie zählen zu den wichtigsten Risikofaktoren für Krankheiten des Herz- Kreislauf-Systems sowie eine Reihe weiterer Leiden. Insbesondere das Zusammentreffen mehrerer Risikofaktoren steigert das Erkrankungsrisiko um ein Vielfaches. Übergewicht, Bluthochdruck und Hypercholesterinämie sind zum einen durch teilweise noch unbekannt genetische Veranlagungen, zum anderen durch individuelle Verhaltensstile bedingt.

In Deutschland haben rund die Hälfte der Männer und ein Drittel der Frauen ab 18 Jahren Übergewicht. Weitere 17 Prozent der Männer und 20 Prozent der Frauen leiden an Adipositas, einer stark ausgeprägten Form des Übergewichts. Mit steigendem Gewicht erhöht sich unter anderem das Diabetesrisiko. In sozial benachteiligten Bevölkerungsgruppen ist der Anteil der Übergewichtigen erhöht. Insgesamt hat hier zu Lande vor allem die Zahl der Menschen mit Adipositas seit Mitte der 1980er Jahre zugenommen. Über die Verbreitung von Übergewicht und Adipositas unter Kindern und Jugendlichen liegen noch keine verlässlichen Daten vor.

Auch der Bluthochdruck (Hypertonie) gehört zu den Volksleiden. Bei rund einem Drittel der Erwachsenen in Deutschland findet sich eine eindeutige Hypertonie, bei einer großen Zahl weiterer Personen sind die Blutdruckwerte grenzwertig erhöht. Jeder vierte Hypertoniker wird mit Medikamenten behandelt. Deutlich erhöhte Cholesterinspiegel im Blut (Hypercholesterinämie) finden sich bei jedem dritten Mann und jeder dritten Frau in Deutschland. Am häufigsten ist die Hypercholesterinämie bei Frauen im Alter von 60 bis 69 Jahren. Bei Männern tritt sie dagegen im Schnitt schon früher im Leben auf und betrifft bereits unter den 30- bis 39-jährigen rund 25 Prozent.

Definition

Als Übergewicht bezeichnet man ein im Vergleich zur Norm erhöhtes Körpergewicht, das durch einen vermehrten Körperfettanteil bedingt ist. Per se ist Übergewicht keine Krankheit, sondern vielmehr ein Risikofaktor für bestimmte Erkrankungen. Der Begriff "Übergewicht" wird im medizinischen Fachgebrauch oft für eine leichtere Erhöhung des Körpergewichts gebraucht. Unter Adipositas (Fettsucht) versteht man dagegen eine ausgeprägte Form des Übergewichts. Sie wird gängigerweise in drei Schweregrade (Adipositas Grad I bis III) unterteilt. Einfluss auf eventuelle Folge- und Begleiterkrankungen des Übergewichts nimmt auch das so genannte Fettverteilungsmuster. Es ist überwiegend genetisch bestimmt. So findet sich bei übergewichtigen Männern meist eine Vermehrung des Fettgewebes an Bauch und Körperstamm ("Apfelform"), die als androides Fettverteilungsmuster bezeichnet wird. Bei Frauen ist die Fettvermehrung an Hüften und Oberschenkeln ("Birnenform") häufiger, man spricht vom gynoiden Typ. In verschiedenen Studien wurde insbesondere die androide Fettverteilung mit einem erhöhten Erkrankungsrisiko, beispielsweise hinsichtlich der Herz-Kreislauf-Leiden, in Zusammenhang gebracht [121].

Literatur

- 121 Robert Koch-Institut (Hrsg) (2003) *Übergewicht und Adipositas*. Gesundheitsberichterstattung des Bundes. Themenheft 16 . RKI, Berlin