

[Hier gelangen Sie zu Daten und Fakten: Ergebnisse der Studien
»Gesundheit in Deutschland aktuell 2009, 2010 und 2012« \(GEDA\) - kapitelweise](#)

Übergewicht und Adipositas

Einleitung

Übergewicht ist ein durch einen vermehrten Körperfettanteil bedingtes erhöhtes Körpergewicht. Starkes Übergewicht wird als Adipositas bezeichnet und ist ein Risikofaktor für bestimmte Erkrankungen wie Typ-2-Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen sowie Gelenk- und Rückenbeschwerden. Übergewicht und insbesondere Adipositas verursachen durch die Folgeerkrankungen beträchtliche Versorgungskosten und gesamtwirtschaftliche Kosten (z. B. durch Arbeitsunfähigkeit). Erwachsene mit Adipositas haben zudem ein erhöhtes Risiko, frühzeitig zu sterben (McGee 2005; Adams et al. 2006; Flegal et al. 2013).

Indikator

Der Body-Mass-Index (BMI) ist ein häufig verwendetes Maß dafür, ob eine Person unter-, normal- oder übergewichtig ist. Der BMI korreliert stark mit der Gesamtfettmenge im Körper und lässt sich leicht bestimmen. Der BMI ist definiert als das Verhältnis des Körpergewichts in Kilogramm zum Quadrat der Körpergröße in Metern: $BMI = \text{Gewicht (kg)} / \text{Größe (m}^2\text{)}$. Bei einer 80 Kilo schweren und 1,80 Meter großen Person beispielsweise beträgt der BMI 24,7. Nach einer Klassifikation der Weltgesundheitsorganisation (WHO 2005) unterscheidet man bei Erwachsenen je nach BMI zwischen Untergewicht ($BMI < 18,5$), Normalgewicht ($18,5 - 24,9$), Übergewicht ($25,0 - 29,9$) sowie Adipositas Grad I ($30,0 - 34,9$), Grad II ($35,0 - 39,9$) und Grad III (≥ 40). Bei Selbstangaben wird das Körpergewicht häufig unterschätzt, die Körpergröße dagegen eher überschätzt. Dadurch kann der BMI geringer als bei gemessenen Werten ausfallen; dies ist beim Vergleich verschiedener Datenquellen zu berücksichtigen. Die hier präsentierten Daten basieren auf Selbstangaben der Befragten zu ihrem Körpergewicht sowie zu ihrer Körpergröße.

Kernaussagen

- ▶ Rund 46 % der Frauen und 60 % der Männer sind übergewichtig oder adipös.
- ▶ Bei Männern tritt Übergewicht häufiger auf als bei Frauen (43 % vs. 30 %); die Häufigkeit der Adipositas unterscheidet sich nicht zwischen den Geschlechtern.
- ▶ Bei beiden Geschlechtern ist Übergewicht und Adipositas in den höheren Altersgruppen deutlich häufiger zu beobachten als in den jüngeren Altersgruppen.
- ▶ 7 % der Frauen im Alter von 18 bis 29 Jahren sind nach Selbstangaben untergewichtig.
- ▶ Adipositas ist bei Frauen ab dem Alter von 30 Jahren in unteren Bildungsgruppen im Vergleich zu oberen Bildungsgruppen stärker verbreitet; bei Männern ist dieses Muster vorrangig im Alter zwischen 30 bis 44 Jahren zu beobachten. Insgesamt sind die Bildungsunterschiede bei Frauen stärker ausgeprägt als bei Männern.
- ▶ Bei Frauen in der Region Ost (Süd) liegt die Adipositas-Prävalenz über dem Bundesdurchschnitt. Frauen in Baden-Württemberg sind hingegen im Vergleich zum Bundesdurchschnitt und im Vergleich zu den Regionen Ost (Süd) und Ost (Nord) seltener adipös. Bei Männern sind keine wesentlichen Unterschiede zwischen den betrachteten Regionen zu erkennen.

Ergebnisbewertung

Nach den Selbstangaben der Befragten aus GEDA 2012 sind 16,7 % der Männer und 16,2 % der Frauen adipös. Laut Mikrozensus 2009 hatten 15,7 % der Männer und 13,8 % der Frauen Adipositas (StBA 2010). Ähnliche Adipositas-Prävalenzen waren in GEDA 2010 mit 16,1 % bei Männern und 15,6 % bei Frauen zu beobachten. Im Vergleich zu den vorherigen GEDA-Wellen liegen die Adipositas-Prävalenzen in GEDA 2012 etwas höher; die Unterschiede sind jedoch nicht statistisch signifikant (RKI 2011, 2012).

In der Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland (DEGS₁) wurden Größe und Gewicht gemessen. Nach den Ergebnissen von DEGS₁ sind in der 18- bis 79-jährigen Bevölkerung 67,1% der Männer und 53,0% der Frauen übergewichtig oder adipös. Die Adipositas-Prävalenz beträgt 23,3% bei Männern und 23,9% bei Frauen. Während der Anteil der Übergewichtigen in den letzten Jahren auf hohem Niveau stabil geblieben ist, hat sich die Adipositas-Prävalenz im Vergleich zu früheren Messungen erhöht (Mensink et al. 2013).

Weitere Ergebnisse der Studie »Gesundheit in Deutschland aktuell 2012« sind unter www.rki.de/geda zu finden. Dort stehen weitere Faktenblätter wie auch der gesamte GEDA 2012-Ergebnisbericht mit umfangreichen Informationen zur Methodik der Studie als PDF zum Download bereit.

Literatur

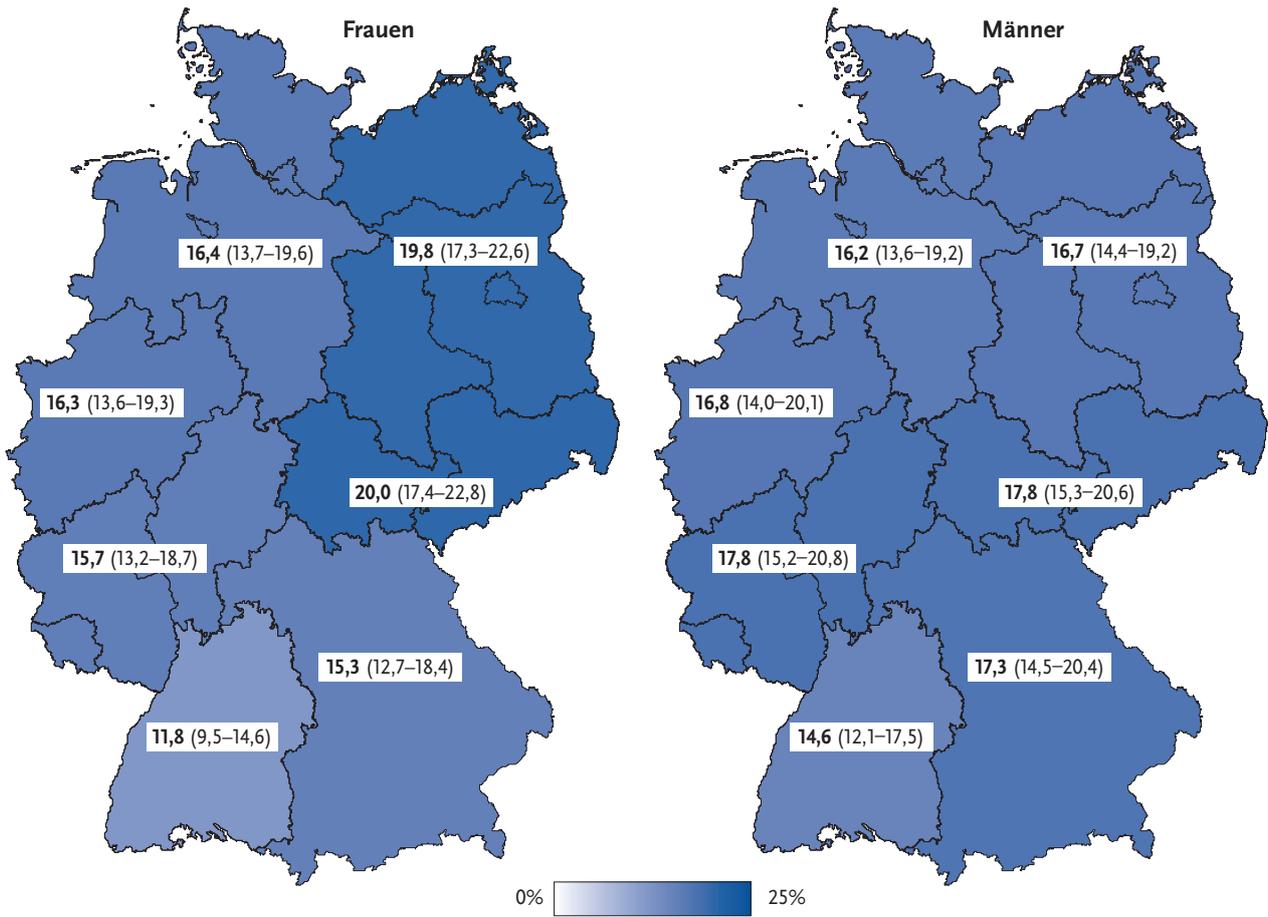
- Adams KF, Schatzkin A, Harris TB et al. (2006) Overweight, Obesity, and Mortality in a large prospective Cohort of Persons 50 to 71 Years old. *N Engl J Med* 355(8): 763–778
- Flegal KM, Kit BK, Orpana H et al. (2013) Association of All-Cause Mortality With Overweight and Obesity Using Standard Body Mass Index Categories. A Systematic Review and Meta-analysis. *JAMA* 309(1): 71–82
- Lampert T (2010) Tabakkonsum, sportliche Inaktivität und Adipositas. Assoziationen mit dem sozialen Status. *Dtsch Arztebl Int* 107 (1-2): 1–7
- McGee DL (2005) Body mass index and mortality: a meta-analysis based on person-level data from twenty-six observational studies. *Ann Epidemiol* 15(2): 87–97
- Mensink GBM, Lampert T, Bergmann E (2005) Übergewicht und Adipositas in Deutschland 1984–2003. *Bundesgesundheitsbl* 48(12): 1348–1356
- Mensink GBM, Schienkiewitz A, Haftenberger M et al. (2013) Übergewicht und Adipositas in Deutschland. Ergebnisse der Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland (DEGS₁). *Bundesgesundheitsbl* 56 (5-6): 786–794
- Robert Koch-Institut (Hrsg) (2003) Übergewicht und Adipositas. Gesundheitsberichterstattung des Bundes. Heft 16. RKI, Berlin
- Robert Koch-Institut (Hrsg) (2009) DEGS – Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland. Projektbeschreibung. Beiträge zur Gesundheitsberichterstattung des Bundes. RKI, Berlin, S 26–28
- Robert Koch-Institut (Hrsg) (2011) Daten und Fakten: Ergebnisse der Studie »Gesundheit in Deutschland aktuell 2009«. Beiträge zur Gesundheitsberichterstattung des Bundes. RKI, Berlin
- Robert Koch-Institut (Hrsg) (2012) Daten und Fakten: Ergebnisse der Studie »Gesundheit in Deutschland aktuell 2010«. Beiträge zur Gesundheitsberichterstattung des Bundes. RKI, Berlin
- Statistisches Bundesamt (StBA) (2010) Mikrozensus 2009 – Fragen zur Gesundheit – Körpermaße der Bevölkerung www.destatis.de (Stand: 23.04.2012)
- WHO Global InfoBase team (2005) The SuRF Report 2. Surveillance of chronic disease Risk Factors: Country-level data and comparable estimates. World Health Organization, Geneva

Tabelle 1
Häufigkeitsverteilung

	Untergewicht		Normalgewicht		Übergewicht		Adipositas	
	%	(95 %-KI)	%	(95 %-KI)	%	(95 %-KI)	%	(95 %-KI)
Frauen								
Gesamt (Frauen und Männer)	1,6	(1,4–1,9)	45,7	(44,7–46,7)	36,2	(35,2–37,1)	16,5	(15,7–17,3)
Frauen gesamt	2,8	(2,3–3,2)	51,5	(50,1–52,8)	29,6	(28,3–30,8)	16,2	(15,2–17,4)
18–29 Jahre	7,2	(5,6–9,2)	71,7	(68,4–74,7)	15,7	(13,3–18,3)	5,4	(3,9–7,5)
Untere Bildungsgruppe	8,0	(5,0–12,5)	72,8	(65,3–79,3)	14,0	(9,3–20,7)	5,2	(2,4–10,9)
Mittlere Bildungsgruppe	7,3	(5,3–10,1)	69,9	(65,7–73,7)	16,9	(14,1–20,2)	5,9	(3,9–8,8)
Obere Bildungsgruppe	5,5	(3,1–9,7)	76,6	(70,0–82,1)	13,8	(9,5–19,6)	4,1	(2,3–7,4)
30–44 Jahre	2,8	(2,1–3,8)	60,3	(57,5–63,1)	24,7	(22,3–27,3)	12,1	(10,2–14,2)
Untere Bildungsgruppe	2,7	(0,8–8,5)	47,7	(36,7–58,9)	25,9	(17,3–37,0)	23,7	(15,8–33,9)
Mittlere Bildungsgruppe	2,5	(1,7–3,5)	58,9	(55,4–62,2)	27,2	(24,2–30,4)	11,5	(9,4–14,0)
Obere Bildungsgruppe	3,6	(2,4–5,4)	69,4	(65,7–72,8)	19,7	(16,8–23,0)	7,3	(5,5–9,6)
45–64 Jahre	1,8	(1,3–2,5)	45,8	(43,6–48,1)	33,5	(31,4–35,7)	18,9	(17,0–21,0)
Untere Bildungsgruppe	2,1	(0,8–5,7)	31,5	(24,3–39,6)	35,1	(27,5–43,6)	31,3	(23,6–40,1)
Mittlere Bildungsgruppe	1,5	(1,0–2,4)	45,0	(42,3–47,7)	35,0	(32,4–37,6)	18,5	(16,5–20,7)
Obere Bildungsgruppe	2,2	(1,4–3,4)	58,2	(55,1–61,2)	28,5	(25,9–31,4)	11,1	(9,4–13,1)
ab 65 Jahre	1,5	(0,9–2,5)	39,9	(37,3–42,5)	36,3	(33,7–39,0)	22,3	(20,1–24,7)
Untere Bildungsgruppe	1,5	(0,5–4,5)	35,2	(30,2–40,5)	37,2	(32,1–42,6)	26,2	(21,7–31,2)
Mittlere Bildungsgruppe	1,5	(1,0–2,3)	41,5	(38,7–44,2)	36,5	(33,8–39,2)	20,6	(18,4–22,9)
Obere Bildungsgruppe	1,6	(0,9–2,7)	52,5	(48,6–56,4)	31,9	(28,4–35,7)	14,0	(11,6–16,8)

	Untergewicht		Normalgewicht		Übergewicht		Adipositas	
	%	(95 %-KI)	%	(95 %-KI)	%	(95 %-KI)	%	(95 %-KI)
Männer								
Gesamt (Frauen und Männer)	1,6	(1,4–1,9)	45,7	(44,7–46,7)	36,2	(35,2–37,1)	16,5	(15,7–17,3)
Männer gesamt	0,5	(0,4–0,7)	39,8	(38,4–41,2)	43,0	(41,6–44,4)	16,7	(15,6–17,8)
18–29 Jahre	1,7	(1,1–2,5)	65,9	(62,7–68,9)	24,9	(22,2–27,8)	7,6	(5,9–9,7)
Untere Bildungsgruppe	2,6	(1,3–5,3)	69,5	(62,2–75,9)	20,3	(15,0–27,0)	7,6	(4,3–12,9)
Mittlere Bildungsgruppe	1,4	(0,8–2,4)	64,1	(60,1–67,8)	26,5	(23,1–30,1)	8,1	(6,0–10,8)
Obere Bildungsgruppe	0,7	(0,2–2,5)	65,7	(58,5–72,2)	28,0	(21,8–35,0)	5,7	(3,2–9,8)
30–44 Jahre	0,2	(0,1–0,6)	41,3	(38,4–44,2)	42,0	(39,3–44,9)	16,5	(14,1–19,1)
Untere Bildungsgruppe	–	–	45,0	(31,7–59,2)	21,9	(13,0–34,6)	33,1	(21,1–47,7)
Mittlere Bildungsgruppe	0,2	(0,0–1,2)	38,2	(34,7–41,9)	46,0	(42,4–49,6)	15,6	(13,2–18,4)
Obere Bildungsgruppe	0,4	(0,2–1,0)	45,2	(41,7–48,7)	42,9	(39,5–46,4)	11,5	(9,4–13,9)
45–64 Jahre	0,3	(0,2–0,5)	30,7	(28,7–32,8)	49,1	(46,9–51,4)	19,9	(18,1–21,8)
Untere Bildungsgruppe	–	–	22,6	(14,1–34,1)	52,9	(40,7–64,8)	24,5	(15,4–36,7)
Mittlere Bildungsgruppe	0,4	(0,2–0,9)	28,4	(25,8–31,2)	49,9	(47,0–52,9)	21,2	(18,9–23,7)
Obere Bildungsgruppe	0,1	(0,0–0,3)	36,8	(34,2–39,4)	46,8	(44,2–49,5)	16,3	(14,5–18,2)
ab 65 Jahre	0,2	(0,1–0,7)	31,9	(29,0–34,9)	48,7	(45,7–51,8)	19,2	(16,8–21,8)
Untere Bildungsgruppe	–	–	40,5	(27,4–55,2)	37,2	(24,8–51,6)	22,2	(12,4–36,6)
Mittlere Bildungsgruppe	0,3	(0,1–1,2)	29,1	(25,8–32,7)	50,9	(47,1–54,8)	19,7	(16,8–22,9)
Obere Bildungsgruppe	0,2	(0,1–0,7)	33,0	(30,3–35,9)	50,3	(47,3–53,3)	16,5	(14,4–18,8)

Abbildung 1
Regionale Verteilung: Anteil der Frauen und Männer mit Adipositas



Redaktion

Robert Koch-Institut
Abteilung für Epidemiologie und Gesundheitsmonitoring
Jens Hoebel, Dr. Cornelia Lange, Stephan Müters
General-Pape-Straße 62–66
12101 Berlin

Zitierweise

Robert Koch-Institut (Hrsg) (2014) Übergewicht und Adipositas. Faktenblatt zu GEDA 2012: Ergebnisse der Studie »Gesundheit in Deutschland aktuell 2012«. RKI, Berlin
www.rki.de/geda (Stand: 25.10.2014)