

Press release**Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften e.V.
Medizin – Kommunikation**

01/17/2018

<http://idw-online.de/en/news687596>Miscellaneous scientific news/publications, Science policy
Medicine, Nutrition / healthcare / nursing, Politics
transregional, national**Übergewicht politisch bekämpfen – körperliche und psychische Folgen eindämmen**

Berlin – Übergewicht und Adipositas sind zum Massenphänomen geworden: Fast jeder vierte Bundesbürger weist einen Body-Mass-Index über 30 auf und gilt somit als adipös – und die Zahlen steigen weiter. Beim Kampf gegen die Fettsucht und ihre gravierenden gesundheitlichen Folgen sehen medizinische Fachgesellschaften auch die Politik in der Pflicht. In einem Positionspapier fordern sie die noch zu bildende Bundesregierung auf, einen nationalen Aktionsplan Adipositas zu entwickeln und dabei alle relevanten Fachgesellschaften mit einzubinden.

Zu den Unterzeichnern zählen auch die Deutsche Gesellschaft für Psychosomatische Medizin und Ärztliche Psychotherapie (DGPM) und das Deutsche Kollegium für Psychosomatische Medizin (DKPM). Beide Organisationen betonen die Verknüpfung von starkem Übergewicht und psychischen Erkrankungen.

„Wer Adipositas nur als Problem des Einzelnen sieht, der sich eben nicht beherrschen kann, greift zu kurz“, sagt Professor Dr. med. Harald Gündel, Direktor der Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie der Uniklinik Ulm und Mediensprecher der DGPM. Von der Weltgesundheitsorganisation WHO werde die Adipositas als chronische Krankheit eingestuft und müsse auch als solche anerkannt werden. Unstrittig ist, dass das starke Übergewicht große gesundheitliche Risiken mit sich bringt: Betroffene entwickeln deutlich häufiger Stoffwechselstörungen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und bestimmte Krebsarten. Auch wird der Bewegungsapparat durch die große Körpermasse dauerhaft überbeansprucht. Allein diese körperlichen Probleme führen zu hohen beruflichen Ausfallzeiten und letztlich zu einer verringerten Lebenserwartung.

Starkes Übergewicht ist aber auch eng verknüpft mit psychischen Krankheiten wie Depressionen oder Angstzuständen. Oft sind diese Probleme eine Folge des geringen Selbstwertgefühls und der sozialen Ausgrenzung, mit der adipöse Menschen zu kämpfen haben. Wie die psychosomatischen Fachgesellschaften betonen, können die kausalen Beziehungen aber auch genau umgekehrt sein: In diesen Fällen ist das starke Übergewicht Ausdruck einer psychischen Störung oder Krise. „Wir leben mit einem ständigen Überangebot von kalorienreichen Nahrungsmitteln, die unser natürliches Belohnungssystem ansprechen“, erläutert Professor Dr. med. Stephan Zipfel vom Universitätsklinikum Tübingen, Vorstandsvorsitzender des DKPM. Dieser ständigen Versuchung zu widerstehen, gelingt selbst psychisch Gesunden nicht immer. Und wer psychisch labil ist oder gerade eine Lebenskrise durchmacht, beginnt umso leichter mit dem sogenannten „Frust-Essen“. Zu den anerkannten Risikofaktoren für die Entstehung einer Adipositas zählen neben manifesten psychischen Störungen auch schlichter Schlafmangel, Stress oder die Einnahme bestimmter Medikamente.

„Eine der besonderen Herausforderungen stellt die Entwicklung geeigneter Präventionsmaßnahmen von Übergewicht und Adipositas im Kindesalter und in der Jugend dar. Hierbei können auch innovative Medien, wie digitale Lernspiele zu Themen der Ernährung, Bewegung und Bewältigung von psychosozialen Stress beitragen“, erläutert Zipfel. Die Weichen hier (wieder) anders zu stellen sei ein langwieriger Prozess. Psychotherapeutische Ansätze wie etwa eine Verhaltenstherapie könnten zwar zumindest kurzfristige Erfolge bringen, doch gebe es kaum langfristig wirksame Präventions- und Therapiekonzepte. Selbst eine operative Magenverkleinerung hilft nicht allen Patienten dauerhaft.

Hier wünschen sich die Unterzeichner des Positionspapiers eine bessere Forschungsförderung und ein Mandat, die gewonnene Expertise direkt in den politischen Prozess einbringen zu können. „Adipositas ist prinzipiell vermeid- und behandelbar“, davon ist Professor Gündel überzeugt – das gelte jedoch nur, wenn man den Betroffenen auch langfristig die therapeutische Hilfe zuteilwerden lasse, die sie benötigen. Die Rahmenbedingungen hierfür herzustellen, sei Aufgabe der Politik.

Wünschenswert wäre nach Ansicht der Autoren, die der EMDR zugrundeliegenden Mechanismen in weiteren Studien genauer zu erforschen, um den Effekt der geteilten Aufmerksamkeit noch besser für therapeutische Behandlungen nutzbar machen zu können.

Forderungen an die Bundesregierung:

- Die Einbindung relevanter Fachgesellschaften in die gesundheits- und wissenschaftspolitischen Entscheidungsprozesse zum Thema Adipositas
- Einen nationalen Aktionsplan Adipositas
- Maßnahmen zur Verbesserung der Versorgung von Menschen mit Adipositas
- Weitere Stärkung der Adipositas- Forschung in Deutschland
- Einen Bundesbeauftragten für Adipositas und Prävention

Weitere Informationen finden Sie hier:

http://www.dsck.de/fileadmin/downloads/20180115_Positionspapier_Adipositas.pdf

Kontakt für Journalisten:

Deutsche Gesellschaft für Psychosomatische Medizin und Ärztliche Psychotherapie (DGPM)

Pressestelle

Janina Wetzstein

Postfach 30 11 20, 70451 Stuttgart

Tel.: 0711 8931-457; Fax: 0711 8931-167

wetzstein@medizinkommunikation.org

URL for press release: www.dgpm.de

URL for press release: http://www.dsck.de/fileadmin/downloads/20180115_Positionspapier_Adipositas.pdf