

Press release**Deutsches Zentrum für Diabetesforschung****Birgit Niesing**

03/03/2025

<http://idw-online.de/en/news848364>Transfer of Science or Research
Medicine, Nutrition / healthcare / nursing
transregional, national**Neu auf diabinfo.de: Umfassende Informationen zu Adipositas**

Jeder vierte Erwachsene in Deutschland ist stark übergewichtig. Viele Betroffene leiden unter den gesundheitlichen Folgen von Adipositas und deren Komplikationen – wie Typ-2-Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Arthrose und psychischen Erkrankungen. Pünktlich zum Adipositas-Tag am 4. März hat das nationale Diabetesinformationsportal diabinfo.de sein Angebot ausgebaut und bietet jetzt auch Informationen zu Risikofaktoren und Ursachen von Adipositas sowie eine Übersicht über die verschiedenen Behandlungsansätze.

Adipositas ist eine chronische Erkrankung, die eine lebenslange Betreuung und individuell angepasste Therapie erfordert. Allein in Deutschland sind mehr als 16 Millionen Menschen davon betroffen. Diese Zahl zeigt, wie groß der Bedarf an aktuellen, neutralen und wissenschaftlich geprüften Informationen zu Adipositas ist. Das Portal diabinfo.de, ein gemeinsames Angebot von Helmholtz Munich, dem Deutschen Diabetes-Zentrum (DDZ) und dem Deutschen Zentrum für Diabetesforschung (DZD), stellt jetzt unabhängige Informationen zu der Erkrankung bereit. (Mehr erfahren unter www.diabinfo.de/vorbeugen/adipositas)

Neben Bewegungseinschränkungen erhöht Adipositas das Risiko für eine Vielzahl von Begleit- und Folgeerkrankungen und kann sich negativ auf das Wohlbefinden und die Lebensqualität auswirken. Die Erkrankung stellt Betroffene, Gesundheitssysteme und Behandelnde vor große Herausforderungen. Bisher erfolgt die Adipositas-Diagnose anhand des Body-Mass-Index (BMI), der das Körpergewicht und die Körpergröße ins Verhältnis zueinander setzt. Adipositas ist definiert als ein BMI von 30 kg/m² oder höher.

Überarbeitung der Adipositas-Diagnose vorgeschlagen

Der BMI berücksichtigt jedoch nicht die Verteilung des Fettgewebes, die für das Gesundheitsrisiko von entscheidender Bedeutung ist. Besonders das viszerale Fett, das sich um die inneren Organe im Bauchraum anlagert, ist mit einem stark erhöhten Risiko für Adipositas-assoziierte Folgeerkrankungen verbunden. Eine internationale Kommission, an der auch Forscherinnen und Forscher des Deutschen Zentrums für Diabetesforschung (DZD) und von Helmholtz Munich beteiligt sind, hat sich daher kürzlich für eine Überarbeitung der Adipositas-Diagnose ausgesprochen. Neben dem BMI sollten auch zusätzliche Körperfettmessungen sowie objektive Krankheitszeichen auf individueller Ebene bei der Diagnosestellung berücksichtigt werden (1).

Für die Definition der Adipositas schlägt die Kommission eine neue Einteilung in zwei Kategorien vor: klinische Adipositas und präklinische Adipositas. Klinische Adipositas beschreibt eine chronische Erkrankung, die mit Adipositas-bedingten, anhaltenden Organfunktionsstörungen einhergeht. Liegt hingegen eine präklinische Adipositas vor, besteht ein erhöhtes Gesundheitsrisiko, jedoch keine dauerhafte Erkrankung.

Übergewicht fängt im Gehirn an

Häufig werden Bewegungsmangel und falsche Ernährung als Ursache der chronischen Erkrankung angesehen. Die Mechanismen im Körper, die zu Übergewicht führen und die Krankheit auslösen, sind jedoch komplexer. Eine aktuelle

Studie des Universitätsklinikums Tübingen, von Helmholtz Munich und des Deutschen Zentrums für Diabetesforschung (DZD) lieferte neue Erkenntnisse zur Rolle des Gehirns als entscheidende Schaltstelle und Ursprung von Adipositas und Typ-2-Diabetes (2).

Über diabinfo.de

Das Portal diabinfo.de, ein gemeinsames Angebot von Helmholtz Munich, dem Deutschen Diabetes-Zentrum (DDZ) und dem Deutschen Zentrum für Diabetesforschung (DZD), stellt wissenschaftlich geprüfte und unabhängige Informationen in fünf Sprachen bereit. Die neuen Inhalte ergänzen die bisherigen Informationen zur Vorbeugung von Typ-2-Diabetes und anderen nicht-übertragbaren Erkrankungen wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen. diabinfo.de wird mit öffentlichen Mitteln (BIÖG, BMG und BMBF) finanziert.

Weitere Informationen finden Sie auf www.diabinfo.de

Quellen:

1 Rubino, F. et al.: Definition and diagnostic criteria of clinical obesity. In: Lancet Diabetes Endocrinol, 2025 (Online ahead of print)

[https://doi.org/10.1016/s2213-8587\(24\)00316-4](https://doi.org/10.1016/s2213-8587(24)00316-4)

2 Kullmann, S., ..., Birkenfeld, A.L. et al. A short-term, high-caloric diet has prolonged effects on brain insulin action in men. Nat Metab (2025).

DOI: doi.org/10.1038/s42255-025-01226-9