

Gefährliches Übergewicht

Barmherzige Brüder St. Veit/Glan Ein Viertel aller Erwachsenen in Österreich ist stark übergewichtig, also adipös. Sie sind anfällig für viele lebensverkürzende Krankheiten und auch für eine schwere Covid-Infektion. Daher sollte eine Gewichtsreduktion angestrebt werden.

VON KATJA KOGLER

Bereits ab einem Body-Mass-Index von 23, was noch unter der Grenze für Übergewicht liegt, steigt das Risiko für schwere Verläufe einer Corona-Infektion.

Die heikle Grenze liegt bei einem Body-Mass-Index (BMI) von 35: Ab diesem Wert gelten Menschen mit Übergewicht als krankhaft fettleibig (adipös). Allerdings, so die Adipositas-Experten vom Krankenhaus St. Veit/Glan, „sollte man sich nicht bloß am Körpergewicht orientieren“. Wichtig sei auch die Fettverteilung: „Oft täuscht es, und jemand wirkt schlank. Doch die sogenannte ‚Apfelform‘, wie sie häufig bei Männern vorkommt, ist gefährlich. Die Daten zeigen: Bauchfett ist gefährlicher als Hüftfett“, so Dr. Raphael Edlinger, der gemeinsam mit dem Ersten Oberarzt Dr. Klaus Baumgartner die Adipositas-PatientInnen in St. Veit behandelt.

Adipositas geht mit lebensverkürzenden Begleiterkrankungen einher. Dazu zählen insbesondere Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Bluthochdruck, Lungen-

funktionsstörungen mit Atemnot, Erstickungsanfälle beim Schlafen (Schlaf-Apnoe-Syndrom) und schwere orthopädische Erkrankungen der Gelenke und der Wirbelsäule.

Schwere Covid-Verläufe

Mit dem Body-Mass-Index steigt aber auch das Risiko, schwer an Corona zu erkranken. Dr. Marco Franzoi von der Abteilung für Innere Medizin am Krankenhaus St. Veit/Glan kennt als hauptbetreuender Arzt auf den Covid-Stationen den Ernst der Lage: „Bereits ab einem Body-Mass-Index von 23, was noch unter der Grenze für Übergewicht liegt, steigt das Risiko für schwere Verläufe einer Corona-Infektion, auch intensivmedizinische Behandlungen oder sogar Todesfälle nehmen mit zunehmendem Gewicht der Infizierten zu.“

Müssen Adipöse mit einer Covid-19-Infektion ins Krankenhaus, ist die Sorge vor einer künstlichen Beatmung laut Experten mehrfach begründet. Einerseits haben diese aufgrund ihrer höheren Körpermasse einen gesteigerten Sauerstoffbedarf. Andererseits ist ihr Lungenvolumen oft deutlich vermindert. „Man kann sagen, das Bauchfett wirkt als mechanisches Hindernis für eine korrekte Lungenentfaltung – bereits ohne eine Corona-Infektion“, betont Dr. Franzoi. Zusätzlich ist das Immunsystem bei Adipositas oft geschwächt: Infektionen treten öfter auf, zusätzlich zu kardiovaskulären



Die St. Veiter Ärzte (v. l. n. r.) Dr. Marco Franzoi (Innere Medizin), Erster Oberarzt Dr. Klaus Baumgartner (Chirurgie) und Dr. Raphael Edlinger (Chirurgie) mit einem speziellen Rollstuhl für fettleibige PatientInnen.



Stark übergewichtige Personen sollten sich unter fachlicher Anleitung um eine Reduktion ihres Gewichts bemühen.

Der Schlauchmagen (Sleeve-Gastrektomie) bietet bei massivst übergewichtigen PatientInnen und bei RisikopatientInnen eine ausgezeichnete Alternative. Hierbei wird das Magenvolumen operativ um rund 80 Prozent reduziert – ein sogenannter Magenschlauch wird gebildet. Auch hier können vergleichbare Gewichtsabnahmen erreicht werden.

In Österreich sind diese Adipositas-Operationen chefarztbewilligungspflichtig. Somit müssen präoperativ einige Voruntersuchungen wie Gastroskopie, Ernährungsberatung, ein psychologisches Gutachten, OP-Tauglichkeit etc. durchgeführt werden.

Lebenslange Nachsorge

Die Behandlung einer chronischen Erkrankung wie Adipositas setzt voraus, dass „man die PatientInnen nicht nur auf einer kurzen Etappe des Behandlungsweges begleitet, sondern auf der gesamten Strecke betreut“, weiß Dr. Edlinger. Denn eine Operation allein reicht nicht, es muss auch der Lebensstil nachhaltig verändert werden. So ist nach der Operation eine lebenslange Nachsorge notwendig. Dazu gehören Ernährungsberatung und psychologische Behandlung. ■

Body-Mass-Index (BMI)

Der Body-Mass-Index (BMI) hilft, das Körpergewicht richtig zu deuten. Er kann folgendermaßen errechnet werden: Körpergewicht (in Kilogramm) dividiert durch Körperlänge (in Metern) zum Quadrat

- BMI bis 18,49 = Untergewicht
 - BMI 18,50 bis 24,99 = Normalgewicht
 - BMI 25,00 bis 29,99 = Beginnende Fettleibigkeit
 - BMI 30,00 bis 34,99 = Adipositas Grad 1
 - BMI 35,00 bis 39,99 = Adipositas Grad 2
 - BMI über 40,00 = Adipositas Grad 3
-

Eine Operation allein reicht nicht zur Gewichtsreduktion, es muss auch der Lebensstil nachhaltig verändert werden.

und metabolischen Beschwerden, wie Bluthochdruck, Herzinfarkt und Diabetes.

Zwei Operationsmethoden

Es sollte daher unbedingt eine Reduktion des Gewichts angestrebt werden. Vielen adipösen Menschen nützen aber weder Medikamente noch Diäten oder Sport, um eine längerfristige Gewichtsreduktion zu erreichen. Eine Operation ist oft der einzige Ausweg. Am Krankenhaus der Barmherzigen Brüder in St. Veit/Glan verfügt man über langjährige Erfahrung damit.

Die Magen-Bypass-Operation gilt als nachhaltigste und effektivste Methode zur Reduzierung des Übergewichts, ist jedoch aufwändig und einschneidend, was den zukünftigen Lebensstil angeht. Im ersten Schritt wird der Magen wenige Zentimeter unterhalb des Mageneingangs abgetrennt und ein kleiner „Pouch“ (Restmagen) gebildet, der nur noch ein geringes Fassungsvermögen hat. Anschließend wird der Dünndarm durchtrennt und so versetzt, dass Nahrung und Verdauungsmittel erst im mittleren Dünndarm aufeinandertreffen und dadurch später zersetzt werden. Die Nahrung wird über eine Umleitung (Bypass) verwertet.

Durch ein rasch eintretendes Sättigungsgefühl und damit einhergehende Reduzierung der Nahrungsmenge, aber auch durch die Stoffwechsellumstellung kommt es sukzessive zu einer Reduzierung des Übergewichts von 60 bis 70 Prozent im ersten Jahr. Durch die Ausschaltung des Zwölffingerdarms ist allerdings eine lebenslange Zuführung von Vitaminen und Mineralstoffen zwingend notwendig.