

Diabetiker-Treff

Typ 1 und 2

Rheinberg und Umgebung

INFO 16a

August 2005

Friedhelm Woch, Tel.: 02843/60766

"Fett ist nicht gleich Fett!"

Risikobewusstsein für "Inneres Bauchfell" schaffen



An welcher Stelle wird der Bauchumfang gemessen? Prof. Alfred Wirth macht's vor.

Es gab Zeiten, da galt ein mächtiger Bauchumfang als eine Art Statussymbol. Heute ist klar: Er macht krank. Die Initiative "Bauchumfang ist Herzenssache" hat Anfang Juni eine umfangreiche Aufklärungskampagne rund um das sogenannte "Innere Bauchfett" in Berlin gestartet. Es gilt als Risikofaktor Nummer eins für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes. Als etabliertes Maß, um Normal- oder Übergewicht zu ermitteln, galt bislang der Body Mass Index (BMI). Der BMI berücksichtigt aber nicht die Verteilung der Fettpolster. Denn: "Fett ist nicht gleich Fett", betonte Prof. Dr. Alfred Wirth aus Bad Rothenfelde

Nicht jedes Kilo zu viel kann gefährlich werden. Wie neue Studien belegen, kommt es vielmehr auf die Fettverteilung an. Ein großer Bauchumfang kann ein Hinweis auf vermehrtes Inneres Bauchfett sein. Es ist sehr stoffwechselaktiv und produziert unter anderem Fettsäuren, die den gesamten Fettstoffwechsel stören. Die Folge: Das HDL-Cholesterin, ein wichtiger Schutzfaktor gegen Herz-Kreislauf-

Erkrankungen sinkt, LDL-Cholesterin- und Triglyzerid-Konzentrationen steigen und erhöhen das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Außerdem kommt es zu erhöhten Blutzuckerwerten und Bluthochdruck.

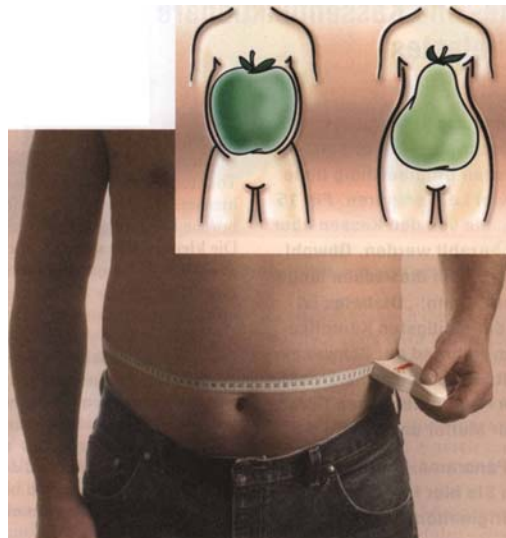
Als einfaches Kriterium zur Bestimmung von übermäßigem Inneren Bauchfett gilt die Bauchumfangsmessung. Ein Bauchumfang von 88 Zentimetern bei Frauen und 102

Zentimeter bei Männern bedeutet bereits ein erhöhtes Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Dieser Zusammenhang ist bisher aber kaum bekannt: Betroffene und auch Ärzte unterschätzen das Risiko von vermehrtem Inneren Bauchfett noch immer.

Hier setzt die Initiative "Bauchumfang ist Herzenssache" an, die von dem Unternehmen sanofi-aventis unterstützt wird. Deren Partner, die Deutsche Adipositas-Gesellschaft und die Lipid-Liga, haben sich zum Ziel gesetzt, neben der Aufklärung zum Thema Inneres Bauchfett, die Bauchumfangsmessung als eine einfache und schnelle Methode zur Vorhersage von Herz- Kreislauf- Risiken bekannt zu machen.

Nähere Infos gibt es unter www.Bauchumfang-ist-Herzenssache.de.

Beim Apfeltyp befindet sich das Fett an den inneren Organen. Dieses Innere Bauchfett ist Risikofaktor Nummer eins. Beim Birnentyp sammelt sich das Fett unter der Haut, die Fettverteilung ist weniger risikoreich.



Aus Subkutan 4/2005, der Mitgliedzeitung des DDB. Sechs Ausgaben diese Zeitung sind zusammen mit zwölf Ausgaben des Diabetes-Journals im Jahr u.v.m. im Mitgliedsbeitrag von 4,58€/ Monat enthalten.