

Kommentar zur Nationale Verzehrsstudie II

Die Nationale Verzehrsstudie II ist eine große, bevölkerungsrepräsentative Querschnittsstudie, die im Jahr 2005 deutschlandweit durchgeführt wurde und 580 Jungen und 544 Mädchen im Alter zwischen 14 und 17 Jahren sowie 6117 Männer und 7090 Frauen im Alter zwischen 18 und 80 Jahren einschloß. Neben einer ausführlichen Befragung mit standardisierten Fragebögen wurden Körpergröße, Körpergewicht und Taillenumfang der Teilnehmer in den Studienzentren bestimmt.

Die soeben vorgestellte erste Auswertung der Studie zeigt, dass 66 % der Männer und 51 % der Frauen mit einem BMI ≥ 25 kg/m² (BMI = Körpermassenindex = Quotient aus Körpergewicht in kg und Körpergröße in Metern im Quadrat) in Deutschland übergewichtig sind. 20,5 % der untersuchten Männer und 21,1 % der Frauen waren mit einem BMI ≥ 30 kg/m² adipös. Diese Zahlen unterstreichen, dass Übergewicht in Deutschland weit verbreitet ist und nur noch eine Minderheit der Bundesbürger im Normalgewichtsbereich liegt. Eine wichtige, wenngleich schon länger bekannte Beobachtung ist, dass Übergewicht in der „Unterschicht“ zwei- bis dreimal häufiger als in der „Oberschicht“ vorkommt.

Vergleicht man dieses Ergebnis mit den Resultaten des Bundesgesundheits surveys (BGS) aus dem Jahr 1998, dann hat in der Zwischenzeit kein weiterer Anstieg stattgefunden. Allerdings lag der Anteil jüngerer Menschen mit Übergewicht bzw. Adipositas in der NVS II deutlich höher als im BGS. Trotz dieser scheinbaren Stagnation der Gesamtprävalenz in den letzten 10 Jahren gibt es keinen Grund zur Entwarnung. Deutschland zählt in der Adipositas-Länderrangliste unverändert zum oberen Drittel in Europa.

Damit ist auch für die nächste Zukunft mit einer weiteren Zunahme der Menschen mit Diabetes mellitus zu rechnen. Da die Adipositas immer früher beginnt, ist auch davon auszugehen, dass sich das Manifestationsalter für Typ 2 Diabetes zunehmend in jüngere Altersgruppen verschiebt.

Diese Ergebnisse bestätigen erneut, dass es wichtiger denn je ist die mögliche Prävention des Typ 2 Diabetes ernst zu nehmen und umzusetzen. Gelingt dies nicht, ist in Zukunft eine noch höhere Belastung unseres Gesundheitssystem durch die Volkskrankheit Typ 2 Diabetes, aber auch durch andere adipositas-assoziierte Risikofaktoren zu erwarten.

Die noch laufenden Auswertungen der NVS II werden in Kürze wertvolle Informationen zu den Lebensstilfaktoren liefern, die die Entwicklung von Adipositas und Typ 2 Diabetes fördern. Daraus werden möglicherweise spezifische Hinweise ergeben, wie wir dieser Epidemie besser entgegen wirken können.

H. Hauner, München/Freising-Weihenstephan