



**Clientis**  
Ihre regionale Bank

28.03.2009

## **Fettleibigkeit** kann genetisch bedingt sein

**Das komplexe Zusammenspiel von Nahrung, Energieverbrauch und genetischer Disposition sorgt für das Körpergewicht eines Menschen. Mit dieser Materie sowie möglichen Massnahmen gegen das Übergewicht befassten sich die Teilnehmer des Round-Table-Gesprächs im Rahmen des Ernährungskongresses in Stein am Rhein.**

*VON EDITH FRITSCHI*

**STEIN AM RHEIN** «Wer weiss, was ein gesundes Körpergewicht ist?», fragte Moderatorin Alenka Ambroz die gut 80 Anwesenden im Saal. «Und wer ist zufrieden damit?» Das kleine Spiel, mit dem die versierte Gesprächsleiterin das breitgefächerte und schwierige Thema anging, zeigte, dass darüber keine Einigkeit herrschte. Körpergewicht, **Fettleibigkeit** und deren Folgekrankheiten sind ein Dauerbrenner – nicht nur in den Frauenzeitschriften, die Frühjahr für Frühjahr wieder mit neuen Diättips aufwarten. Wenn es denn so einfach wäre, abzunehmen oder einen anständigen Body-Mass-Index zu halten, dann bräuchte es auch weniger Forschung. Und genau diese betreiben die Teilnehmer des Symposiums «Energy Homeostasis», das noch bis heute abend in Stein am Rhein stattfindet.

### **Man blieb nicht unter sich**

Die Rolle der Grundlagenforschung war nur ein Aspekt des Gesprächs, das mit Markus Stoffel, Professor für molekulare Systembiologie an der ETH, Christoph A. Meier, Chefarzt des Departements für Innere Medizin, Triemlispital und Uniprofessor, sowie Ulrich Keller, Professor für Endokrinologie, Diabetologie und Klinische Ernährung, Uni Basel, prominent und hochkarätig besetzt war. Der Präventivmediziner und Ständerat Felix Gutzwiller und Liliane Bruggmann, Leiterin der Sektion Ernährung und Bewegung im Bundesamt für Gesundheit (BAG), ergänzten die Runde punkto politische Massnahmen und Vorbeugung. Das Publikum, zu Fragen und Äusserungen eingeladen, tat dies nach anfänglicher Zurückhaltung. Die Befürchtung der Organisatoren, es könnte eventuell an Interesse mangeln und man bleibe eher unter sich als Wissenschaftler und Forscher, bewahrheitete sich nicht. Gut 70 Leute aus

Stein und Umgebung waren gekommen, darunter auch die Thurgauer Regierungsrätin Monika Knill, die gleich Forschernachwuchs mitgebracht hatte: Riccarda Hefel, von «Think Tank Thurgau» mit einem Preis für ihre Maturaarbeit ausgezeichnet, hatte herausgefunden, dass «Butterbrot mit Konfi» zum Tagesauftakt sehr gesund sei. Damit war man laut Moderatorin Ambroz schon in medias res, beim Essen. Markus Stoffel vertrat die These, es sei gesünder, nur drei Mahlzeiten zu sich zu nehmen, anstatt deren fünf. Grund für diese Annahme ist, dass dauernde Energiezufuhr zu erhöhter Insulinkonzentration im Körper führt. Da die Leber und die Fettzellen diese nicht in Energie umwandeln, kann sich Fett ansammeln. Damit beginne der Teufelskreis, meinte Stoffel, der vor allem auch auf genetisch bedingte Faktoren für **Fettleibigkeit** hinwies. Das zeigten Versuche an Mäusen. Ursache könnten erbliche Defekte sein. Dies sei bisher in der Forschung zu wenig beachtet worden, meinte er und äusserte die Hoffnung, dass man in dieser Richtung noch einiges erforschen könne. «Die Rolle der Genetik wurde lange ausser acht gelassen.» Er warnte aber auch vor zu vielen Snacks und Süssgetränken: Darüber, wie oft und was man essen sollte, drehte sich das Gespräch länger. Einig waren sich alle darin, dass Gemüse und Obst zu bevorzugen seien. Da sei es egal, ob man dies fünf- oder dreimal täglich zu sich nehme, meinte Felix Gutzwiller. Er ist der Meinung, dass die Schweiz punkto Ernährungsstudien ein noch zu förderndes Entwicklungsgebiet sei, zumal es (ausser in Zürich) keinen einzigen Lehrstuhl für Humanernährung gäbe. Eine bessere Erforschung der Entwicklung von **Fettleibigkeit** und deren soziale beziehungsweise schichtspezifische Komponenten wäre nach Ansicht aller Referenten wünschenswert. Fazit: Die Schweiz habe zwar hochqualifizierte Grundlagenforscher, auf dem Gebiet der Ernährungsforschung sei man aber im Hintertreffen. Gemäss den (eher dürftigen) vorliegenden Resultaten sind massive Gewichtsprobleme aber auch hier im Vormarsch. Wie man dagegen angehen kann, zeigten Vorschläge aus dem Publikum: Mehr Pausenäpfel, gezielt günstig Obst und Gemüse zum Kauf anbieten oder, wie die Mediziner Meier und Keller ergänzten, die Bewegungslust fördern; in zusätzlichen Turnstunden etwa.

### **Die richtigen Leute erreichen**

Die beiden waren sich einig, dass es Sinn mache, die Leute mit gezielten Kampagnen zu sensibilisieren und die Stigmatisierung von Dicken zu vermeiden, indem man massives Übergewicht als Krankheit akzeptiere. «Viel zu lange galten Dicke als willensschwach, als Leute, die einfach zu viel essen», sagte Keller. Das sich diese Ansicht ändert, dazu tragen nicht zuletzt Forscher wie Markus Stoffel andere Forscher(teams) bei, die ihre Ergebnisse an diesem Kongress miteinander diskutieren. Liliane Bruggmann stellte dann die geplanten Massnahmen des Bundes – Nationales Programm Ernährung und Bewegung (NPEB) vor – für das bis 2012 jährlich drei Millionen Franken zur Verfügung stehen. Man wolle mit speziellen Kampagnen die eigentlichen Zielgruppen ansprechen und auch die Industrie mit einbeziehen, meinte sie. Ein Wermutstropfen hatte die Veranstaltung allerdings – unter den interessierten Anwesenden waren so gut wie keine massiv übergewichtigen Personen, wie der frühere Steiner Sozialreferent Herbert Maissen feststellte. Sein Wort in Bruggmanns (Zielgruppen)-Ohr. Es nützt schliesslich nichts, wenn stets die Schlanken joggen.

[« zurück](#)

express



Das Ausgehmagazin der Nachrichten»



© Schaffhauser Nachrichten - Meier + Cie AG

Partner-Seiten: [schaffhausen.ch](http://schaffhausen.ch) - [nordagenda.ch](http://nordagenda.ch) - [radiomunot.ch](http://radiomunot.ch) - [zds.ch](http://zds.ch)