



ao.Univ.-Prof. Dr.
Margarethe Hochleitner,
Frauengesundheitszentrum an den
Universitätskliniken Innsbruck

Gender Medizin: Gewichtsprobleme – nur Frauen betroffen?

Gewichtsprobleme beschäftigen fast alle Frauen, kaum Männer. Aber ist das auch begründet?

Über- und Untergewicht als Gesundheitsrisiko ist seit langem bekannt, z.B. im Bereich der Herz-Kreislauf-Erkrankungen ist Übergewicht ein unabhängiger Risikofaktor, aber begünstigt auch andere Risikofaktoren, wie Zuckerkrankheit, Bluthochdruck, erhöhtes Cholesterin.

Daneben gilt es auch als Risikofaktor für verschiedene Krebserkrankungen und für chronische Erkrankungen des Bewegungsapparates. Deshalb ist auch Übergewicht und Fettsucht (Adipositas) von der Weltgesundheitsorganisation als einer der Hauptrisikofaktoren für das 21. Jahrhundert ausgerufen worden (für das 20. Jahrhundert war Rauchen als Hauptgesundheitsrisiko definiert!). Dies betrifft vor allem Europa und Nordamerika, aber nicht nur. Es ist auch für die weltweiten Risikopräventionskampagnen an vorderster Front angeführt.

Die Gewichtseinteilung erfolgt nach Body-Mass-Index (BMI = kg/m^2 ; Untergewicht bis BMI 18,5; Normalgewicht bis BMI 25; Übergewicht bis BMI 30; Adipositas ab BMI 30). Es gibt wenig harte Daten zu Übergewicht und Adipositas, aber zweifelsfrei ist es ein Problem von Frauen und Männern. In Summe scheinen regelmäßig mehr Männer als Frauen in diesen Statistiken auf. Für Österreich z.B. zeigen die letzten von der Statistik

Austria verfügbaren Daten, dass 57,7% der Männer, aber nur 43,3% der Frauen übergewichtig oder adipös sind. Es besteht konstant ein Ost-West-Gefälle zugunsten von Tirol, Vorarlberg und Salzburg. Unbestritten bleibt, dass sich Frauen wesentlich mehr damit beschäftigen und wesentlich häufiger Abmagerungsversuche unternehmen. Besonders dramatisch ist die rapid zunehmende Zahl von Kindern und Jugendlichen mit Übergewicht und Adipositas.

Merke: Mehr Männer als Frauen haben Übergewicht und Adipositas. Aber überwiegend Frauen machen Versuche zur Gewichtsreduktion. Die beste Therapie ist gesunde Ernährung und Bewegung!

Untergewicht ist ebenfalls ein Gesundheitsrisiko, das aber – zumindest in Europa – unvergleichlich weniger Menschen betrifft.

Es umfasst neben Hunger und Unterernährung, Ernährungsstörungen wie Bulimie und Anorexie und Krankheiten, die zu Untergewicht führen, wie auch Alter. Untergewicht, häufig aufgrund von Ernährungsstörungen, wurde lange als ausschließliche Frauenkrankheit gesehen.

Es betrifft zwar häufiger Mädchen und Frauen, zunehmend aber auch Buben und Männer. In der Studie der Statistik Austria zu Gewichtsverteilung sind für Österreich bei den Frauen insgesamt 2,9% als untergewichtig ausgewiesen, bei den Männern 0,6%.