

Inhaltsverzeichnis

1. Gene - Praktische Relevanz bei der Adipositas (A. Hinney, K. Rosenkranz, T. Neupert, A. Linden, J. Hebebrand)	12
1.1. Einleitung	12
1.1.1. Formalgenetische Befunde	12
1.1.2. Molekulargenetische Untersuchungen	12
1.2. Kandidatengenansatz	13
1.2.1. Tierexperimentelle Befunde	13
1.2.1.1. Polygene Tiermodelle	13
1.2.1.2. Monogene rezessive Formen der Adipositas bei der Maus	13
1.2.1.3. Transgenes Tiermodell	13
1.2.2. Befunde beim Menschen	14
1.2.2.1. Monogene rezessive Formen der Adipositas beim Menschen	14
1.2.2.2. Monogene dominante Form der Adipositas beim Menschen	14
1.3. Genomscreen	15
1.4. Bedeutung der molekulargenetischen Befunde für die klinische Praxis	15
2. Ist Adipositas die Folge einer fehlerhaften Regulation der Nahrungsaufnahme? (V. Schusdziarra)	20
3. Komorbiditäten und Komplikationen der Adipositas (H. Gottschling-Zeller, H. Hauner)	24
3.1. Pathophysiologie adipositasbedingter Erkrankungen	24
3.2. Komorbiditäten und Komplikationen der Adipositas	25
3.2.1. Beschwerden und Leidensdruck	25
3.2.2. Das metabolische Syndrom	25
3.2.3. Typ-2-Diabetes mellitus	26
3.2.4. Dyslipidämie und Hyperurikämie	26
3.2.5. Arterielle Hypertonie	27
3.2.6. Störungen der Gerinnung und Fibrinolyse	27
3.2.7. Kardiovaskuläre Erkrankungen	27
3.2.8. Endokrine Veränderungen	28
3.2.9. Atemwegserkrankungen	29
3.2.10. Erkrankungen des Bewegungsapparats	29
3.2.11. Maligne Erkrankungen	29
3.2.12. Gastrointestinale Erkrankungen	30
3.2.13. Psychosoziale Konsequenzen der Adipositas	30
3.2.14. Adipositas und Lebenserwartung	30
4. Was kostet die Adipositas in Deutschland? (H. Heseker)	34
4.1. Die Kosten ernährungsabhängiger Krankheiten	34
4.1.1. Methodik der Kostenschätzung	34
4.2. Kosten der Adipositas ohne Berücksichtigung von Komorbiditäten	35
4.3. Morbidität und Beschwerden bei Adipositas	36
4.4. Kosten der Adipositas unter Berücksichtigung von Komorbiditäten	37
4.5. Internationaler Kostenvergleich	39

5. Welche Diagnostik ist beim adipösen Patienten erforderlich? (J. G. Wechsler)	42
5.1. Anamnese bei Adipositas	42
5.2. Körperliche Untersuchung	42
5.3. Laboruntersuchungen	42
5.4. Erweiterte Diagnostik.....	43
5.5. Endokrine Ursachen	43
5.6. Bestimmung der Körperzusammensetzung	43
5.7. Schlußfolgerung	45
6. Richtig essen - aber wie? (H. Wenzel, M. Wiedemann, V. Schusdziarra)	48
6.1. Wieviel darf gegessen werden ?	48
6.2. Kalorienreduktion - aber trotzdem satt werden.....	49
6.2.1. Frühstück	50
6.2.2. Hauptmahlzeiten	53
6.2.2.1. Warme Hauptmahlzeiten	53
6.2.2.2. Kalte Hauptmahlzeiten.....	55
6.2.3. Zwischenmahlzeiten, Snacks und Süßigkeiten.....	56
6.2.4. Desserts und Kuchen.....	57
6.2.5. Fertiggerichte	58
6.2.6. Light-Produkte.....	59
6.2.7. Getränke	59
6.3. Einkaufstips	59
6.4. Spezielle Ernährungsbedingungen.....	60
6.4.1. Kantine	60
6.4.2. Restaurant.....	61
* 7. Effektive Adipositas therapie - Anregungen und Möglichkeiten zur praktischen Umsetzung (A. Ullrich, J. Margraf)	64
7.1. Allgemeines	64
7.2. Praktische Umsetzung.....	65
7.2.1. Motivation des Patienten.....	65
7.2.1.1. Direkte Motivation des Patienten	65
7.2.1.2. Entwicklung realistischer Ziele.....	66
7.2.1.3. Informationen über die Behandlung.....	67
7.2.2. Ernährungsumstellung	67
7.2.3. Verhaltensübungen	68
7.2.4. Psychologische Komponenten.....	70
7.2.5. Rückfallprophylaxe.....	71
* 8. Körperliche Aktivität bei Adipositas (C. Vögele)	74
8.1. Einleitung.....	74
8.2. Physiologische Effekte körperlicher Aktivität	74
8.2.1. Sport und Bewegung als Bestandteile von Gewichtsreduktionsprogrammen.....	74
8.2.2. Hormonelle Prozesse.....	75
8.2.3. Kardiorespiratorische Effekte.....	75
8.2.4. Grundumsatz.....	75
8.3. Sportwissenschaftliche Grundlagen	76
8.3.1. Ausdauer- und Kraftsport	76
8.3.2. Trainingsintensität	76

8.3.3. Gezielte Reduktion von Fettpolstern?	77
8.3.4. Empfohlene Sportarten	77
8.3.4.1. Training der Herz-Kreislauf-Ausdauerleistungsfähigkeit	78
8.3.4.2. Gymnastik - Training der Muskelkraftausdauer und Flexibilität	78
8.4. Psychologische Grundlagen	79
8.4.1. Adipöse und Sport	79
8.4.2. Extrinsische und intrinsische Motive	79
8.4.3. Motivierung	80
8.5. Anhang	81
9. Pharmakotherapie – der Traum vom Wunder? (R.R. Schick)	86
9.1. Einleitung	86
9.2. Zentral wirksame Pharmaka	86
9.2.1. Katecholaminerge Substanzen	86
9.2.2. Serotoninerge Substanzen	87
9.3. Hemmer der Nahrungsassimilation	87
9.4. Langzeitergebnisse der medikamentösen Adipositas therapie	88
9.5. Schlußbemerkung	88
10. Therapie bei Kindern - Das besondere Problem (K. Zwiauer)	92
10.1. Einleitung	92
10.2. Ziele der Behandlung	92
10.3. Verhaltenstherapie	94
10.4. Potentielle Gefahren und negative Effekte von diätetischen Manipulationen	97
10.5. Sport und körperliche Aktivität	98
10.6. Behandlungsstrategien	99
10.7. Chirurgische Therapie	100
10.8. Pharmakologische Therapie	100
11. Operative Therapie der extremen Adipositas (B. Husemann)	104
11.1. Chirurgische Techniken	104
11.1.1. Plastisch- chirurgische Eingriffe	104
11.1.2. Eingriffe zur Gewichtsreduktion	105
11.1.2.1. Methoden der Malabsorption - Jejunioileostomie	105
11.1.2.2. Operationen am Magen	106
11.1.3. Postoperative Komplikationen	108
11.2. Konsequenzen für den operierten Patienten	108
11.2.1. Folgen nach Jejunioileostomie	108
11.2.2. Konsequenzen nach Eingriffen am Magen	109
11.3. Indikation und Kontraindikation zum chirurgischen Vorgehen	110
11.4. Ergebnisse	111
11.5. Langfristige Folgen nach chirurgischer Adipositas therapie	113
11.6. Anforderungen und Wunschvorstellungen für die chirurgische Therapie	115
Index	117