

Body-Mass-Index nutzlos für die gesundheitliche Risikovorhersage

Studie: Mediziner am Münchner LMU-Klinikum empfiehlt neue Messgröße zur Bewertung des Herzinfarkt- und Schlaganfallrisikos

München - Kaum jemand bezweifelt, das auch Deutschland mitten im Zeitalter von Übergewicht und Fettleibigkeit steckt. Laut jüngsten Studien sind 75 Prozent aller deutschen Männer und fast 60 Prozent der Frauen übergewichtig, mehr als 50 Prozent der Männer und 23 Prozent der Frauen gar fettleibig. Was indes die Zahlen medizinisch bedeuten, ist unklar. Denn gängige Statistiken beruhen auf Erhebungen mit dem Body-Mass-Index (BMI), der den meisten wohl vertraut sein dürfte. Doch dieses von der Weltgesundheitsorganisation WHO empfohlene Maß steht seit einiger Zeit in der Kritik der Experten. "Der BMI spielt keine Rolle für das Schlaganfall-, Herzinfarkt- oder Todesrisiko eines Menschen", betont Dr. Harald J. Schneider von der Medizinischen Klinik der Ludwig-Maximilians-Universität München, Campus Innenstadt, nach einer neuen Studie, die er geleitet hat. Für derlei Risiko-Aussagen eignet sich viel besser der Wert, der sich ergibt, wenn man Taillenumfang durch Körpergröße teilt - kurz WHtR genannt (aus dem Englischen für waist-to-height-ratio).

Nicht die Menge, sondern die Verteilung des Körperfetts ist offenbar entscheidend für bestimmte Krankheits-Gefahren. Tatsächlich sprechen Experten wie Dr. Schneider inzwischen von "gutem und bösem Fett." Der Speck um den Bauch - also um die Taille - kann schädliche Fettsäuren abgeben und diverse Botenstoffe in den Körper abgeben, die Entzündungen fördern. Das passiert auch und gerade in den Gefäßen, was die Arteriosklerose vorantreibt. Hüft-, Oberschenkel- und Gesäßfett hingegen haben nach jüngsten Erkenntnissen nichts mit dem Risiko für Herz-Kreislaufkrankungen zu tun und wirken mitunter schützend, wie manche Untersuchungen zeigen. Entsprechend versuchen die Wissenschaftler das ideale Maß zu finden, das die realen Verhältnisse widerspiegelt. In der Diskussion sind das Verhältnis von Hüft- zu Taillenumfang (WHR) und eben der WHtR.

Der LMU-Mediziner und seine Kollegen vom Münchener Max-Planck-Institut für Psychiatrie, der Universität Greifswald, der Technischen Universität Dresden und der Universität Lübeck haben in ihre Studie knapp 11.000 Probanden einbezogen und zu Beginn für jeden Studienteilnehmer WHR, WHtR und BMI ermittelt. Dabei wurden für jedes Maß vier Größenordnungen festgelegt. Drei bis acht Jahre lang beobachteten die Forscher dann die gesundheitliche Entwicklung der Probanden. Ergebnis: Ob ein Mensch einen Herzinfarkt oder einen Schlaganfall bekommt oder daran stirbt, lässt sich am besten mit dem WHtR abbilden. "Je höher der WHtR, desto größer das Risiko", erklärt Dr. Schneider. Die beiden anderen getesteten Maße waren weitaus weniger (WHR) oder gar nicht (BMI) aussagekräftig. "Es gibt immer mehr Studien, die belegen, dass die Messung des BMI wenig bringt", sagt der Experte des Klinikum Münchens - und hofft darauf, "dass medizinische Fachgesellschaften und WHO ihre Empfehlungen für die Messung des Körperfetts bald ändern."

Literatur:

J. Clin. Endocrinol Metab, April 2010, 95(4); 0000-0000

Online:

<http://jcem.endojournals.org/cgi/content/abstract/jc.2009-1584v1?maxtoshow=&...>

<http://jcem.endojournals.org/cgi/content/abstract/jc.2009-1584v1?maxtoshow=&hits=10&RESULTFORMAT=&author1=Schneider%2C+H&fulltext=obesity&searchid=1&FIRSTINDEX=0&sortspec=relevance&resourcetype=HWCIT>

Quelle:

LMU-Klinikum – München, 3. Februar 2010