Veröffentlicht auf Presseportal Schweiz - Presse und Medienmitteilungen (https://www.presseportal-schweiz.ch)

24.08. 2012

Fettleibigkeit erhöht das Krebsrisiko

Von TMGuenther

(Zürich) Menschen, die übergewichtig oder fettleibig (adipös) sind, werden früher oder später an Gelenkschäden leiden und sehr wahrscheinlich Herz-Kreislaufprobleme bekommen. Dies sind bekannte Fakten. Nun bestätigten Rudolf Kaaks (Deutsches Krebsforschungszentrum, DKFZ) und sein Expertenteam, was Wissenschaftler schon länger vermuteten: Adipositas erhöht das Risiko, an Krebs zu erkranken, um 10-20 Prozent.

In der Schweiz gibt es jährlich fast 40 000 neue Fälle von Krebs. Hierbei bei der Hälfte der Fälle von Fälle von Gebärmutterkrebs Fettleibigkeit als Ursache zu sehen. Auch Nieren-, Darm- und Brustkrebs sind häufig auf zuviele Kilos zurückzuführen.

Wie Fettleibigkeit zu Krebs führen kann

Krebs ist im Wesentlichen eine unkontrolliert starke Vermehrung von Gewebe durch ungleichmässiges Zellwachstum.
Herz und Fettgewebe nehmen den Insulinspiegel nicht mehr exakt wahr. Dadurch kommt es in der Bauchspeicheldrüse zu einer Überproduktion von Insulin zur Senkung des Blutzuckerspiegels. Der hohe Insulingehalt im Blut führt zu einer Störung der Signale für den Zellaustausch und –aufbau. Ein Ungleichgewicht entsteht.

Grossteil der Weltbevölkerung neigt zu Übergewicht

In der Weltbevölkerung hat Fettleibigkeit die Oberhand: Der Anteil der Menschen mit Übergewicht überwiegt den der Hungerleidenden der Erde. Über ein Drittel der Schweizer bringt zuviel auf die Waage. Selbst Kinder zwischen drei und 17 Jahren

erreichen erstaunliche Zahlen. 20 Prozent sind in dieser Altersgruppe übergewichtig oder adipös. Die Schweiz ist dabei nicht einmal auf dem Spitzenplatz.

Was bedeutet „fettleibig“?

Adipositas lässt sich neben optischen Gesichtspunkten auch in Zahlen feststellen. Der Body-Mass-Index (BMI) stellt die Körpergrösse bzw. -fläche ins Verhältnis mit dem Gewicht.

Die Formel

Kilogramm : Meter²

gibt im Ergebnis Aufschluss über das Gewichtsverhältnis. So zeigt ein Wert bis 18,5 Untergewicht an. Bis zum Ergebnis 25 liegt Normalgewicht vor, ab einem Wert von 30 ist es Übergewicht.

Dies sind allerdings nur grobe Richtwerte. Zu bedenken ist beispielsweise, dass schlanke Menschen, die sich körperlich wenig betätigen, ebenfalls einen versteckten Fettanteil haben können. Daher ist es stets ratsam, den Körperfettanteil ebenfalls zu beachten. Für Männer gilt ein Anteil von 23 Prozent als Grenzwert, für Frauen sind es 30 Prozent.

Fettleibigkeit aktiv angehen

“Fettleibigkeit müssen wir als Krebsursache mindestens so ernst nehmen wie das Rauchen”, betonte der Vorsitzende des Stiftungsvorstands des DKFZ, Otmar Wiestler. Überflüssige Kilos holen Rauchen als Krebsauslöser rasant ein.

Neben ausgewogener Kost, die den Grundstein für einen gesunden Körper legt, ist es auch die Bewegung, die sich bezahlt macht. Experten empfehlen ein Wochenpensum von etwa 150 Minuten.

Über die Organisation:

Theresa Günther ist freiberufliche Journalistin und befasst sich mit Themen aus den Bereichen Gesundheit, Sport und Wellness.

Pressekontakt:

Theresa Günther
Zürcherstrasse 161
Zürich
CH-8010

guenther.theresamarie@gmail.com

Kategorie
Medizin & Gesundheit

Source URL: *https://www.presseportal-schweiz.ch/pressemeldungen/fettleibigkeit-erhoeht-das-krebsrisiko*