

# Übergewicht und Adipositas bei Erwachsenen im Kanton Zürich

David Fäh



Universität Zürich  
Institut für Sozial- und Präventivmedizin

# Definition von Übergewicht

- Am häufigsten nach Body Mass Index (BMI)
- Körpergewicht im Verhältnis zur Körpergrösse (im Quadrat)

$$- 70 \text{ kg} / 1.77\text{m} = 39.55$$

$$- 39.55 / 1.77\text{m} = \underline{22.34 \text{ kg/m}^2}$$

## Definition von Body Mass Index (BMI) Klassen nach WHO

Definition	BMI (kg/m <sup>2</sup> )	Erkrankungs / Sterberisiko
Untergewicht	<18.5	Nicht erhöht - mässig erhöht
Normalgewicht	18.5-24.9	Referenz
Übergewicht*	25.0-29.9	Nicht erhöht - mässig erhöht
Adipositas** (Klasse I)	30.0-34.9	Erhöht
Adipositas (Klasse II)	35.0-39.9	Deutlich erhöht
Adipositas (Klasse III)	≥40.0	Sehr stark erhöht

\*Auch als „Prä-Adipositas“ bezeichnet

\*\*Auch als „Fettsucht“ oder „krankhaftes Übergewicht“ bezeichnet

David Fäh: Übergewicht und Adipositas im Kanton Zürich, 26.10.2010



Universität Zürich

Institut für Sozial- und Präventivmedizin

# Gesundheitliche Folgen von Adipositas

## **Stark erhöhtes Risiko (Relatives Risiko >3)**

- Typ 2 Diabetes Mellitus („Alterszucker“)
- Hypertonie (Bluthochdruck)
- Dyslipidämie (hohe Cholesterinwerte)
- Kurzatmigkeit
- Schlafapnoe („Atemaussetzer“ im Schlaf)
- Gallenblasenerkrankungen

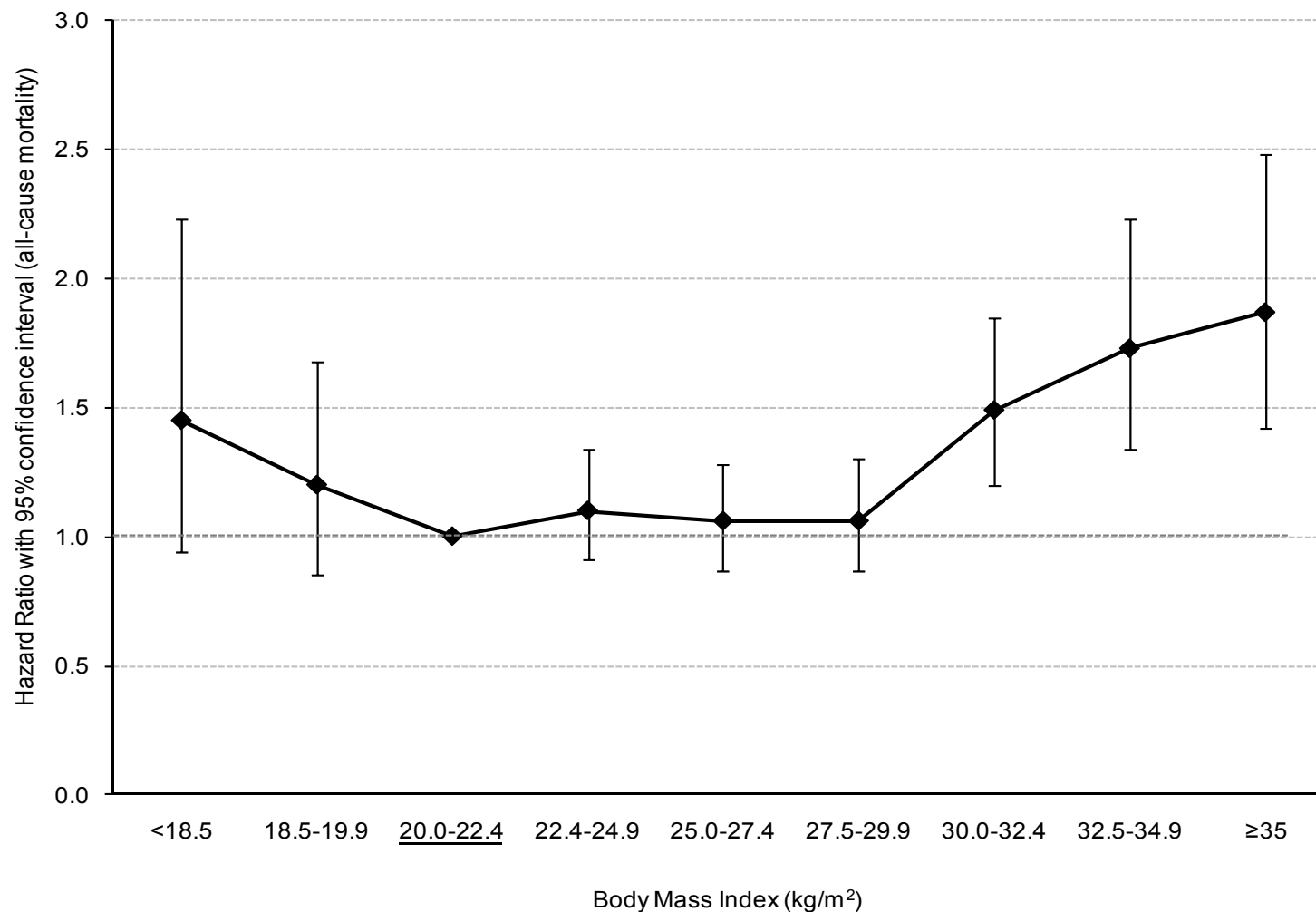
## **Moderat erhöhtes Risiko (Relatives Risiko 2-3)**

- Herz-Kreislauf-Erkrankungen (Herz-, Gehirnfarkt)
- Arthrose (v.a. im Knie, Gonarthrose)
- Hyperurikämie und Gicht
- Schwangerschafts-Komplikationen (Präeklampsie)

## **Leicht erhöhtes Risiko (Relatives Risiko 1-2)**

- Krebs (v.a. Verdauungs- und Sexualorgane)
- Verringerung der Fruchtbarkeit (Fertilitätsstörung/PCO)
- Rückenbeschwerden (Lumbalgien)
- Erhöhtes Risiko während Narkose (Anästhesie)
- Defekte am Ungeborenen von adipösen Schwangeren

## Relatives Sterberisiko (alle Ursachen) nach BMI-Klasse (Referenzgruppe unterstrichen) in der Schweiz (Männer und Frauen zusammen)



Quelle: Faeh et al, 2010

David Fäh: Übergewicht und Adipositas im Kanton Zürich, 26.10.2010



Universität Zürich

Institut für Sozial- und Präventivmedizin

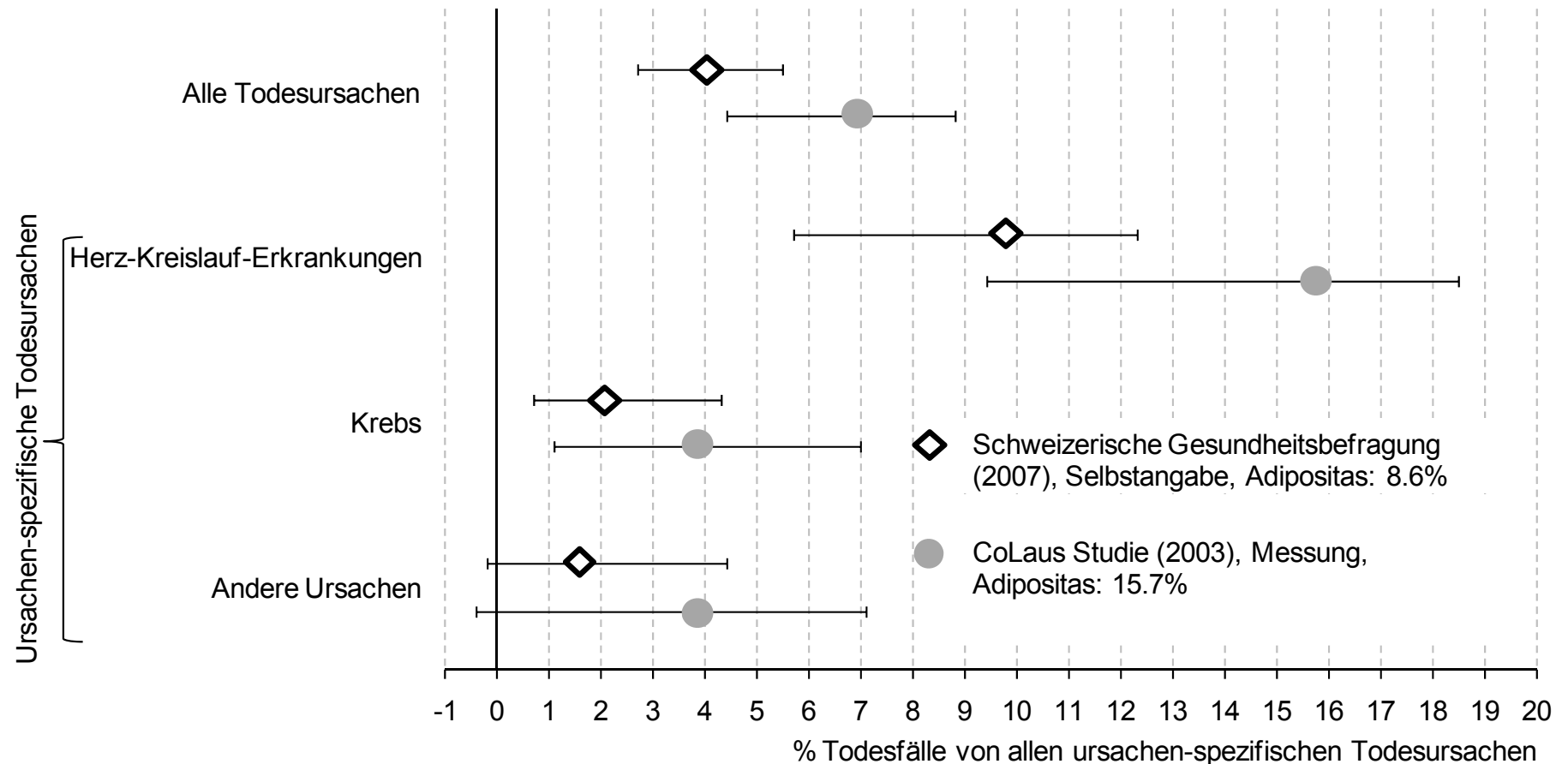
# Relatives Sterberisiko in der Schweiz

- Adipositas (vs. Normalgewicht)\*
  - 2x höheres Risiko an einer Herz-Kreislauf-Erkrankung zu sterben
  - 30% höheres Risiko an einer Krebs-Erkrankung zu sterben
- Übergewicht ist nicht mit einem erhöhten Sterberisiko verbunden

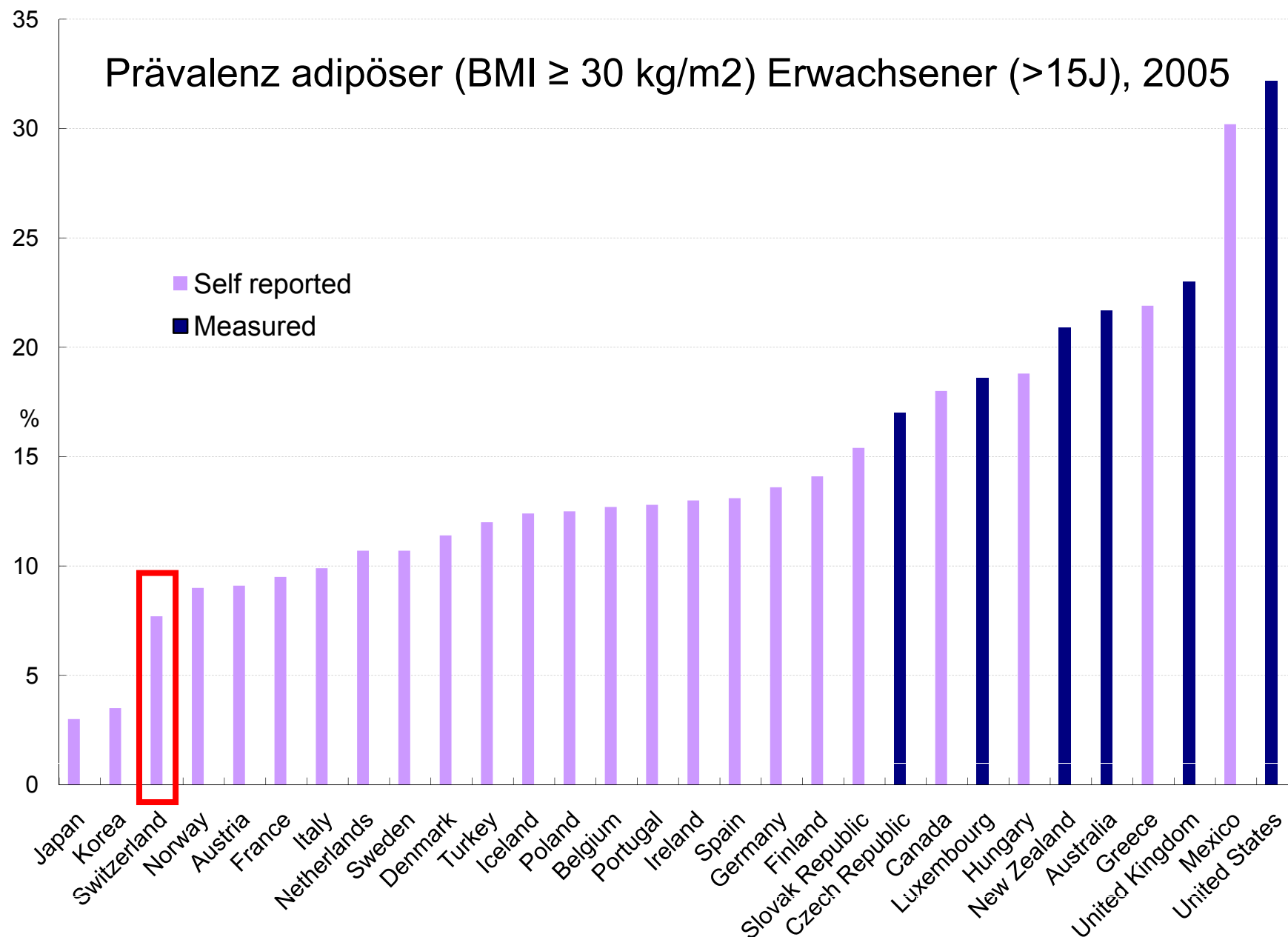
\*Adipositas (BMI  $\geq 30$  kg/m<sup>2</sup>) vs Normalgewicht (BMI 18.5-24.9 kg/m<sup>2</sup>)



# Adipositas: vermeidbare Tote



## Prävalenz adipöser (BMI $\geq 30$ kg/m<sup>2</sup>) Erwachsener (>15J), 2005



Quelle: OECD (<http://lysander.Quelleoecd.org>)

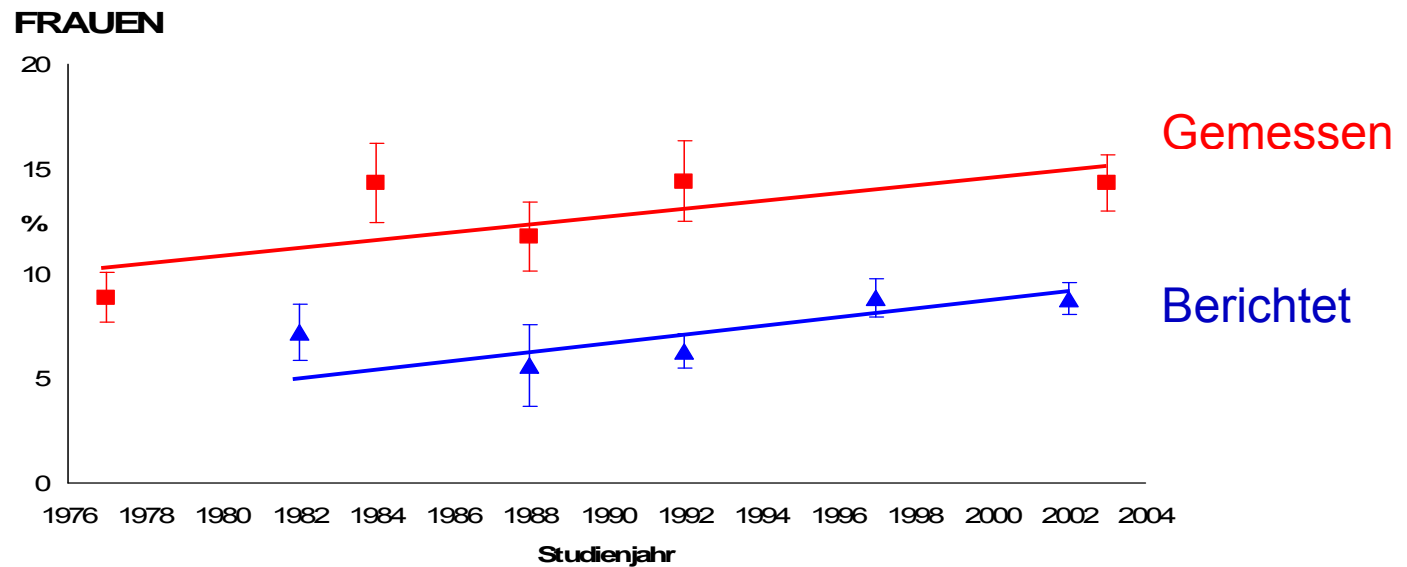
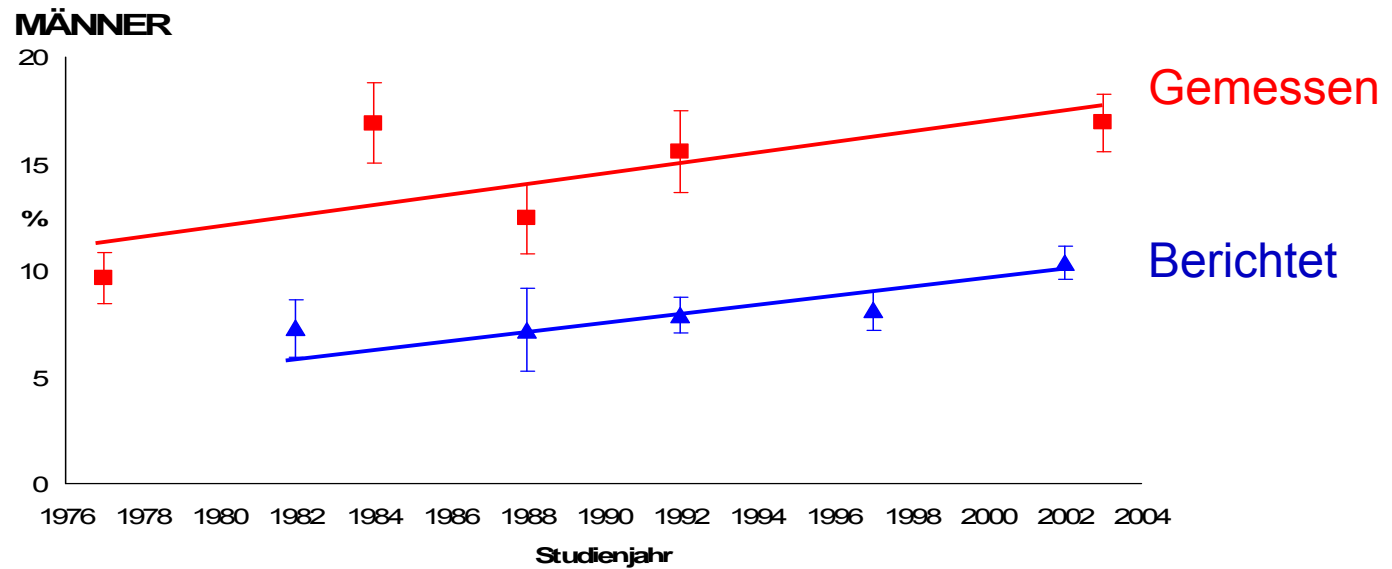
David Fäh: Übergewicht und Adipositas im Kanton Zürich, 26.10.2010



Universität Zürich  
 Institut für Sozial- und Präventivmedizin



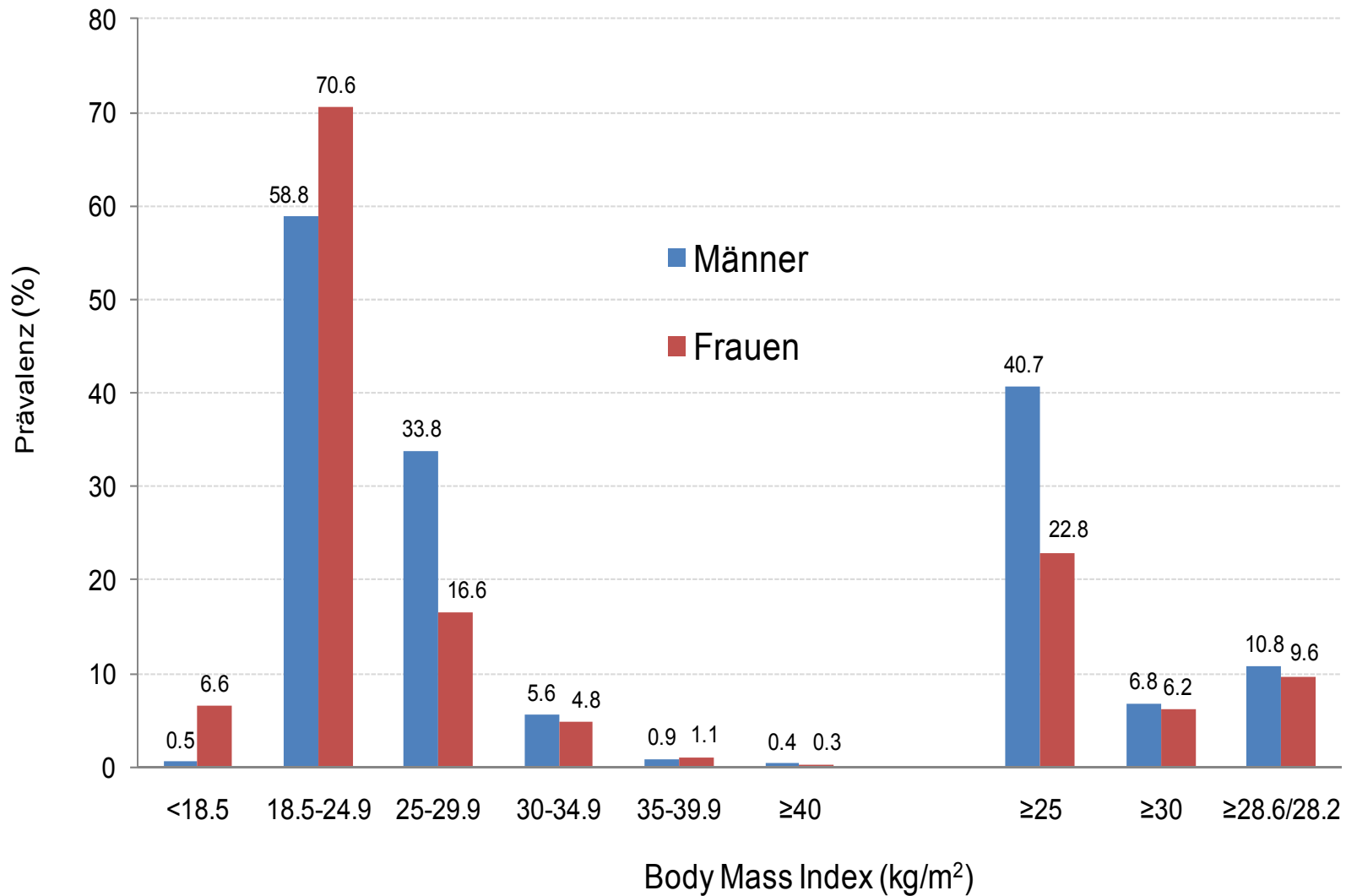
# Häufigkeit von Adipositas nach Erfassungsart und Studie, Schweiz



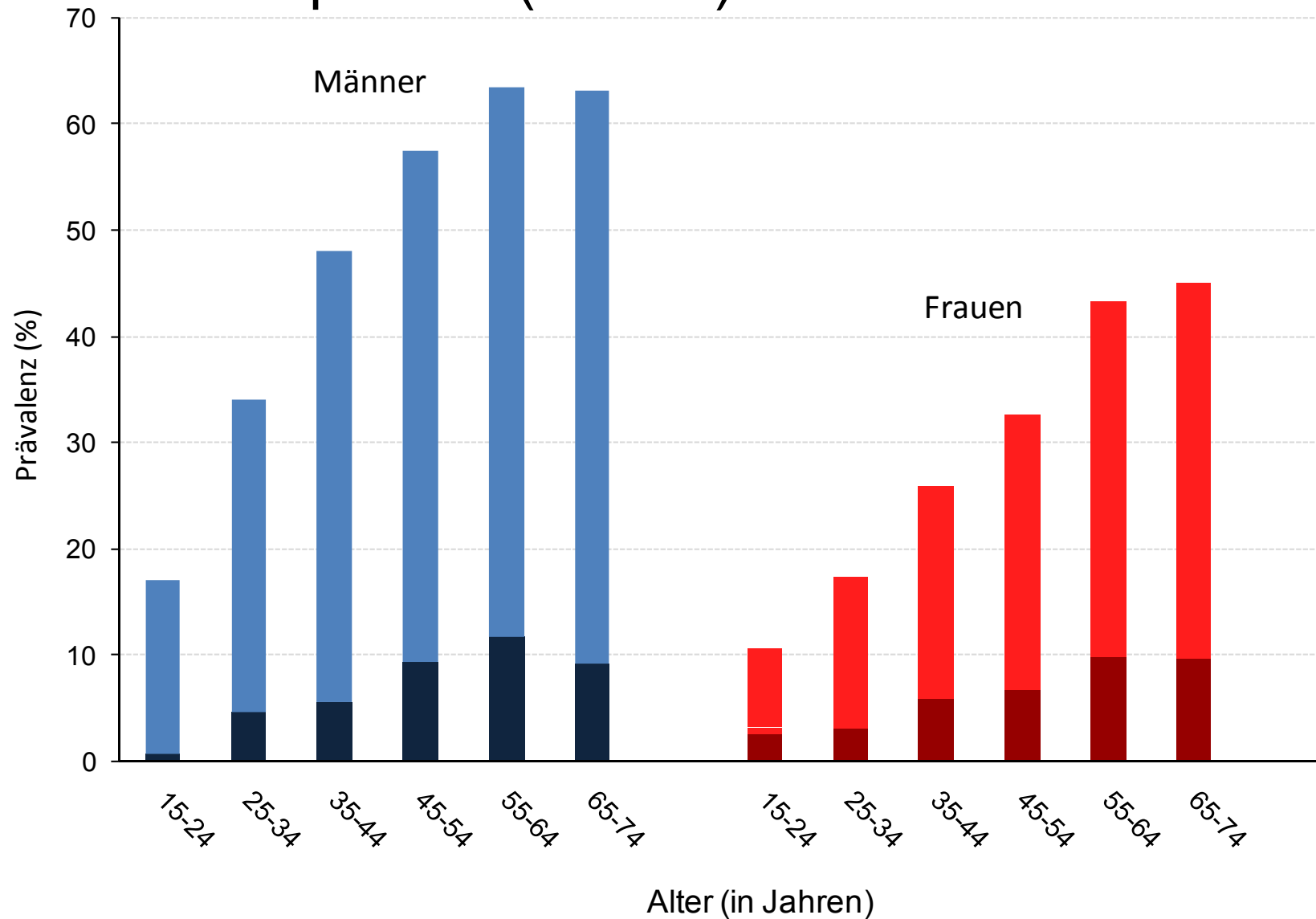
# Zürcher ÜberGewichtsStudie (ZÜGS-09)

- Grundlage für Kampagne und Bericht
- Zufällige Auswahl von Haushalten, Kanton ZH
- Männer und Frauen zwischen 15-74 Jahren
- Beteiligung: 58%
- Telefonische Befragung: 8. 7. - 10. 8. 2009
  - durch DemoSCOPE
- 4'250 zu Gewicht und Grösse befragt

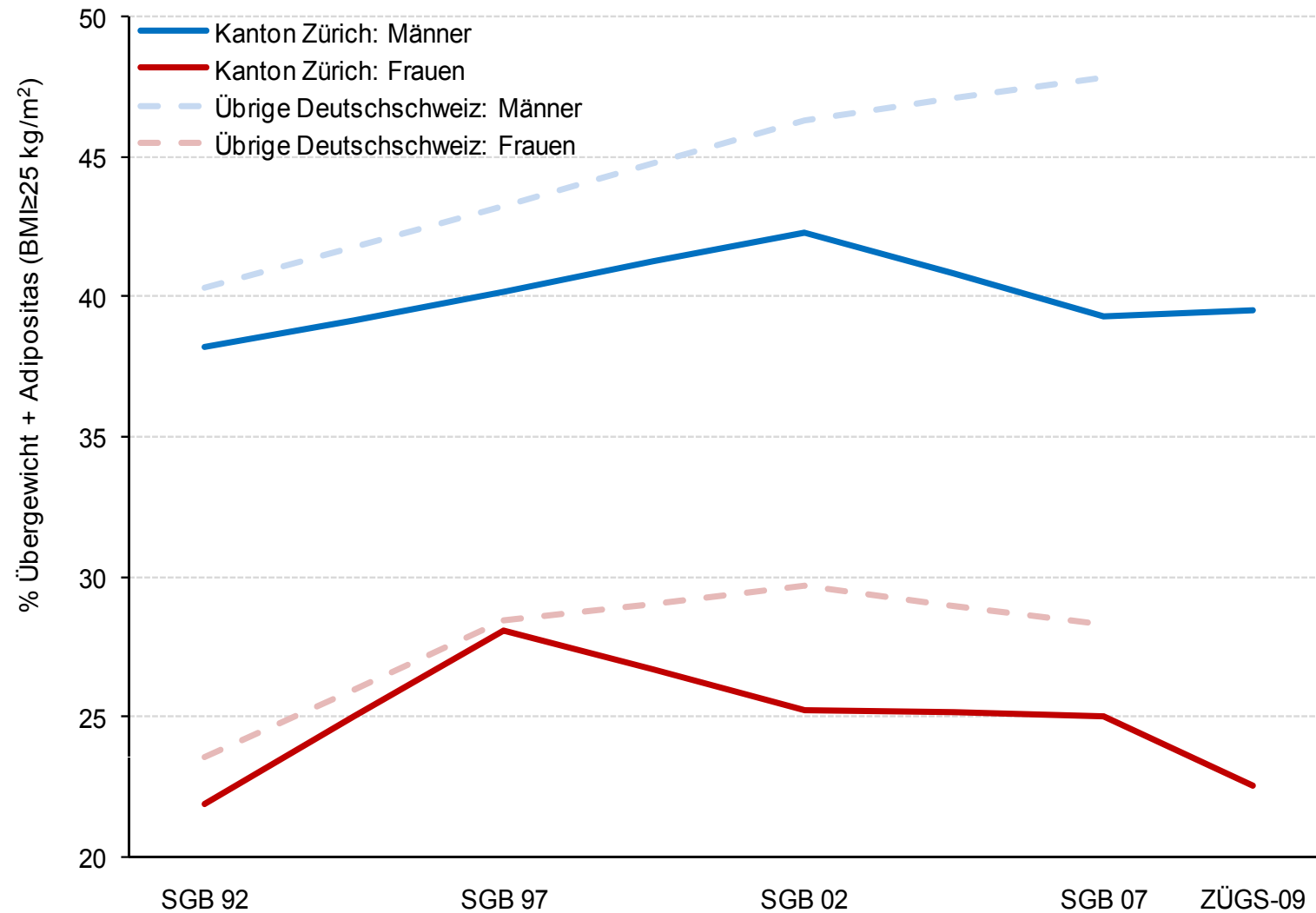
# Häufigkeit von BMI-Klassen in der ZÜGS-09



# Prävalenz von Übergewicht (hell) und Adipositas (dunkel) in der ZÜGS-09



# Häufigkeit von Übergewicht und Adipositas kombiniert (BMI $\geq 25$ ) im Kanton Zürich und in der übrigen Deutschschweiz



# Risikofaktoren für Übergewicht und Adipositas im Kanton Zürich

- Männliches Geschlecht
- Höheres Alter (ca. 55-70 Jahre)
- Jahrgang 1970-1990
- Niedriges Bildungsniveau
- Geringes Einkommen
- Niedrige Berufsklasse
- Migrationshintergrund (v.a. Süd- und Osteuropa und Balkan)

# Einschränkungen Stichprobenziehung

- Stichprobenziehung nur über Festnetzanschluss
- Zunahme: Personen die nur über Mobiltelefon oder Internet telefonieren
  - 5% im 1997, 12-15% im 2006
  - 2007: 25% der unter 25-Jährigen nur übers Handy erreichbar



# Übergewicht & Adipositas (BMI $\geq$ 25): Variationen innerhalb des Kantons

- Männer
  - Am höchsten: **Glattal, Furttal, Unterland**
  - Am niedrigsten: **Stadt Zürich**
- Frauen
  - Am höchsten: **Oberland, Weinland, Winterthur**
  - Am niedrigsten: **Knonauseramt, Pfannenstiel, Zimmerberg**



# Übergewicht & Adipositas im Kanton Zürich

Spricht <b>gegen</b> eine weitere Zunahme	Spricht <b>für</b> eine weitere Zunahme
<ul style="list-style-type: none"><li>•Tendenz zu einer Ernährung die Adipositas weniger fördert</li><li>•Verkehrsberuhigung von Städten</li><li>•Tendenziell sinkende Kriminalitätsraten</li><li>•Konstante Kalorieneinnahme</li><li>•Präventionsprogramme des Kantons (z.B. in Kindergärten und Schulen)</li><li>•Allgemein steigendes Bildungsniveau</li><li>•Vermehrte Migration von Personen mit hohem zulasten solcher mit niedrigem Bildungsniveau</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>•Wahrscheinlich Zunahme von Essstörungen</li><li>•Grosse Einkaufszentren, lange Öffnungszeiten, relativ günstige Lebensmittel</li><li>•Zunehmende Bewegungsarmut</li><li>•Zunehmend sesshafte Berufe (Dienstleistung)</li><li>•Allgemeine Zunahme des motorisierten Individual-Verkehrs</li><li>•Subjektives Unsicherheitsempfinden (durch Übermediatisierung?)</li><li>•Zunehmender Medienkonsum</li></ul>

# Fazit

- Erfassung mit Fehlern behaftet
- Zürcher sind weniger häufig übergewichtig als die übrigen Deutschschweizer
- Wahrscheinlich, dass Übergewicht nicht im gleichem Mass zunehmen wird wie in der Vergangenheit
- Bildung ist mitentscheidend
- Adipositas ist wichtige vermeidbare Ursache von Krankheit und Tod



# Merci!

