

## Adipositas in der Schweiz

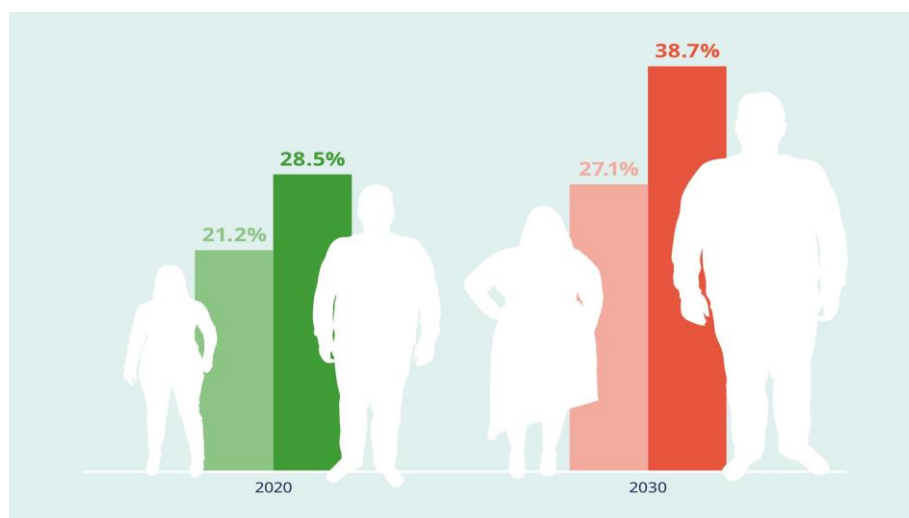
### Definition

Adipositas ist eine chronische Ernährungs- und Stoffwechselkrankheit. Im Körper von Personen mit Adipositas sammelt sich übermässig viel Fettgewebe an, was die Gesundheit gefährdet. Der Schweregrad der Adipositas wird anhand des Body-Mass-Index (BMI) eingeteilt:

- Übergewicht: BMI 25-29.9 kg/m<sup>2</sup>
- Adipositas Schweregrad I: BMI 30-34.9 kg/m<sup>2</sup>
- Adipositas Schweregrad II: 35-39.9 kg/m<sup>2</sup>
- Adipositas Schweregrad III:  $\geq 40$  kg/m<sup>2</sup>

### Zahlen und Fakten

- Der Prozentsatz von Erwachsenen mit Adipositas hat sich seit 1990 mehr als verdoppelt, während derjenige bei Kindern und Jugendlichen (5-19 Jahre) sich gar vervierfacht hat. 1997 warnte die WHO vor Adipositas als chronische Erkrankung.
- Über 390 Millionen Kinder und Jugendliche (5-19 Jahre) lebten im Jahr 2022 mit Übergewicht oder Adipositas.
- 2022 waren weltweit über 1 Milliarde Menschen (ab 5 Jahren) von Adipositas betroffen, dies entspricht dem Dreifachen der Einwohner der USA.
- Betroffene leiden oft an Folgekrankheiten wie Diabetes oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen und haben eine reduzierte Lebenserwartung.
- Gemäss dem Bundesamt für Statistik (BFS) hat sich in der Schweiz der Anteil von Menschen mit Adipositas zwischen 1992 und 2022 mehr als verdoppelt. Im Jahr 2022 waren 13% der Männer und 11% der Frauen von Adipositas betroffen.
- Eine Trendanalyse der World Obesity Federation (WOF) geht davon aus, dass im Jahr 2020 in der Schweiz 28.5% der Männer und 21.2% der Frauen von Adipositas betroffen waren. Bis im Jahr 2030 werden die Zahlen bei den Männern auf 38.7% und bei den Frauen auf 27.1% ansteigen.



WOF-Trendanalyse 2020-2030 zum Anteil (%) der Frauen und Männer über 20 Jahre mit Adipositas in der Schweiz

## Verschiedene Auslöser

Es gibt nicht die «eine» Adipositas. Die [Ursachen](#) sind so individuell wie die Betroffenen. Eine zentrale Rolle spielen:

- Genetische Faktoren: 70% bis 80% unseres BMIs wird durch unsere Gene bestimmt.
- Hormonelle und Stoffwechselerkrankungen (z.B. Schilddrüsenunterfunktion).
- Soziokulturelle Faktoren, wie ein grosses Angebot an günstigem Fast-Food, die abnehmende Erschwinglichkeit von gesunden Lebensmitteln oder die Arbeitsbedingungen (langes Sitzen vor dem Computer, Stress etc.)
- Psychische Probleme (z. B. Depressionen), Schicksalsschläge

Die Stigmatisierung durch die Gesellschaft kann Adipositas zusätzlich begünstigen. Betroffene können auf Mobbing mit Frustessen reagieren und sich zunehmend aus dem gesellschaftlichen Leben zurückziehen (vgl. Abschnitt «Gesellschaftliches Unverständnis»). Die Stigmatisierung kann weitere Lebensbereiche betreffen, so dass sich Betroffene aus [Angst](#) vor einer erneut ablehnenden Reaktion auch nicht trauen, Ihren Arzt darauf anzusprechen.

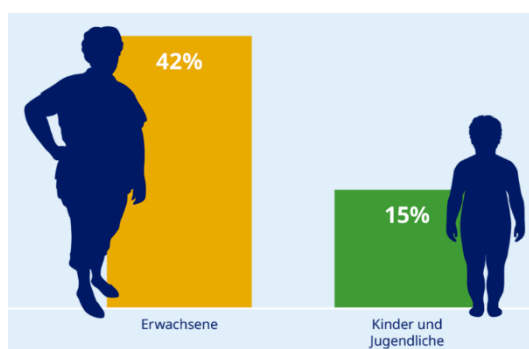
## Situation in der Schweiz

In der Schweiz ist der Anteil von Personen mit Adipositas in den letzten Jahren auf hohem Niveau konstant geblieben. Laut [BFS](#) lebten im Jahr 2022 rund 12% der erwachsenen Bevölkerung mit Adipositas, das entspricht fast zweimal der Einwohnerzahl der Stadt Zürich. Wenn man auch Übergewicht mit einbezieht, sind 43% der erwachsenen Bevölkerung betroffen. Von den [Kindern und Jugendlichen](#) leben rund 15% mit Übergewicht oder Adipositas. [Prognosen der WOF](#) gehen davon aus, dass im Jahr 2030 in der Schweiz 38.7% der Männer und 27.1% der Frauen Adipositas haben. Es besteht die Gefahr, dass die Schweiz basierend auf den Zahlen des BFS die Problematik von Adipositas für das Gesundheitssystem zu spät erkennt<sup>1</sup>.

Ein [Bericht](#) der Universität Lausanne zeigt die aktuelle Situation in der Schweiz auf und adressiert verschiedene Empfehlungen, um die Lebensqualität der Betroffenen zu verbessern, insbesondere um Folgeerkrankungen und Stigmatisierung zu reduzieren. Die Anfang 2021 gegründete [Allianz Adipositas Schweiz](#) unterstützt gemäss den Autoren ihre Empfehlungen für ein umfassendes und integriertes Managements von Adipositas. Ein [Faktenblatt](#) des BAG fasst die vorgeschlagenen Massnahmen des Berichts zusammen.

## Stärkere politische Priorisierung nötig

Trotz ihrer Verbreitung fehlt das politische Bewusstsein für Adipositas als komplexe chronische Krankheit, die in einem frühen Stadium behandelt werden sollte. Zudem stehen medizinische Fachpersonen häufig vor einem Ressourcenproblem, da es schwierig ist, diese zu rekrutieren. Dies führt auch dazu, dass die Wartezeiten in Adipositas-Zentren meist lang und tendenziell am Steigen sind.



Anteil der Erwachsenen (ab 15 Jahren) und Kindern/Jugendlichen (6-12 Jahre) mit Übergewicht in der Schweiz

<sup>1</sup> Die BFS-Daten stammen aus der Gesundheitsbefragung und beruhen auf einer Selbstangabe. Es ist daher davon auszugehen, dass die Krankheit unterschätzt wird und die effektive Prävalenz höher ist.

### **Gesellschaftliches Unverständnis**

Die breite Öffentlichkeit ist sich der Komplexität und Ernsthaftigkeit von Adipositas oftmals nicht bewusst. Viele denken bei starkem Übergewicht, dass die Betroffenen selbst schuld sind, weil sie zu viel und ungesund essen sowie sich zu wenig bewegen. Dabei greift diese Annahme meist viel zu kurz. Die Betroffenen werden dadurch oft nicht ernstgenommen und stattdessen durch Mobbing und Ausgrenzung stigmatisiert.

### **Über Allianz Adipositas Schweiz**

Der Verein Allianz Adipositas Schweiz schliesst sich aus mehreren nationalen Trägerorganisationen zusammen, die im Bereich der Adipositas-Therapie tätig sind. Gemeinsam möchten diese Akteure die Bevölkerung und das medizinische Fachpersonal für Adipositas und die Bedürfnisse der Betroffenen sensibilisieren und das Therapie-Angebot von der Prävention bis zur lebenslangen Nachsorge optimieren. Die Bekämpfung von Stigmatisierung und Diskriminierung der Betroffenen ist dabei ein grosses Anliegen der Allianz.