

Neue Waffe im Kampf gegen Adipositas: Gel quillt im Magen auf und macht schneller satt

Datum: 03.05.2022

Original Titel:

A Randomized, Double-Blind, Placebo-Controlled Study of Gelesis100: A Novel Nonsystemic Oral Hydrogel for Weight Loss

DGP - Wissenschaftler erprobten in ihrer Studie ein neues Gel, das an Wasser bindet und aufquillt und dadurch ein starkes Sättigungsgefühl erzeugt. Personen mit Übergewicht oder [Adipositas](#), die dieses Gel als Kapsel über 24 Wochen einnahmen und ihre Kalorienzufuhr reduzierten und sich täglich bewegten, erreichten dadurch gute Erfolge beim Abnehmen.

Wissenschaftler aus den USA und Europa tüfteln derzeit an einer neuen Lösung im Kampf gegen Übergewicht: ein Gel, das an Wasser bindet und dadurch im Magen aufquillt. Dadurch, dass das Gel aufquillt und stark an Masse gewinnt, wird viel Raum im Magen beansprucht und ein schnelleres Sättigungsgefühl erreicht. Das Gel wird als Kapsel 20 bis 30 Minuten vor einer Mahlzeit eingenommen.

Steigert das wasserbindende Gel die Gewichtsabnahme von Diätwilligen?

In einer Studie überprüften die Wissenschaftler nun, ob das Gel seinen Zweck erfüllt und zu einer Gewichtsabnahme bei übergewichtigen oder adipösen Personen beiträgt. Die Wissenschaftler gewannen für ihre Studie 436 Personen, die sie auf eine von zwei Gruppen aufteilten: Gruppe 1 mit 223 Personen nahm jeweils vor Mittagessen und Abendessen eine Kapsel von dem neuen Gel (Gelesis 100 in einer Dosierung von 2,25 g) mit 500 ml Wasser ein. Gruppe 2 mit 213 Personen war die Placebogruppe, die statt dem Gel ein Scheinpräparat erhielt.

Der BMI der Studienteilnehmer lag zwischen 27 und 40 (zur Einordnung - Normalgewicht: BMI 18,5 bis 24,9; Übergewicht: BMI 25,0 bis 29,9; [Adipositas](#): BMI ab 30). Einige Personen litten an Prädiabetes (einer Vorstufe von Diabetes) oder Diabetes.

Die Studie dauerte 24 Wochen an. In dieser Zeit sollten alle Teilnehmer ihre reguläre Kalorienzufuhr um 300 kcal/Tag reduzieren und sich täglich 30 Minuten lang bewegen (z. B. spazieren gehen).

Größere Diäterfolge nach Einnahme vom Gel

Nach 24 Wochen hatten die Personen aus der Gel-Gruppe mit einem Gewichtsverlust von 6,4 % ihres Ausgangsgewichts mehr Gewicht abgenommen als die Personen aus der [Placebo](#)-Gruppe. Die Personen der [Placebo](#)-Gruppe erreichten nämlich nur eine Gewichtsabnahme von 4,4 % des Ausgangsgewichts. 59 % der Personen aus der Gel-Gruppe nahmen mehr als 5 % ihres Ausgangsgewichts ab, 27 % sogar mehr als 10 % des Ausgangsgewichts. In der Placebo-Gruppe reduzierten 42 % der Personen ihr Gewicht um mehr als 5 % und 15 % um mehr als 10 %.

Auffällig war, dass besonders Personen mit Prädiabetes oder Diabetes einen deutlichen Gewichtsverlust erzielen konnten, wenn sie das Gel einnahmen. Es gab keine Sicherheitsbedenken bezüglich der Einnahme des Gels.

Zusammenfassend belegte diese Studie eine gute Wirksamkeit des Gels. Im Vergleich zu einer Placebogruppe ohne das Gel nahmen die Personen aus der Gel-Gruppe deutlich mehr ab. Die Anwendung vom Gel war sicher und einfach. Zusätzlich zu einer täglichen Kalorienreduktion und ausreichender Bewegung könnte das Gel eine neue, vielversprechende und nicht medikamentöse Waffe im Kampf gegen Übergewicht sein.

Referenzen:

Greenway FL, Aronne LJ, Raben A et al: A Randomized, Double-Blind, Placebo-Controlled Study of Gelesis100: A Novel Nonsystemic Oral Hydrogel for Weight Loss. Obesity (Silver Spring). 2018 Nov 13. doi: 10.1002/oby.22347. [Epub ahead of print]



MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

Meine Fragen

Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am _____:

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“