

Übergewicht steigert Depressionsrisiko

Datum: 13.03.2019

Original Titel:

Effect of body mass index on depression in a UK cohort of 363 037 obese patients: A longitudinal analysis of transition

DGP - Wie wichtig es ist, bei Patienten mit [Adipositas](#) auch die mentale Gesundheit zu berücksichtigen, zeigen folgende Studienergebnisse aus Großbritannien. Von 363 037 adipösen Personen litten mehr als ein Viertel an einer Depression. Besonders Personen mit einer sehr starken Ausprägung der [Adipositas](#) wiesen ein deutlich erhöhtes Risiko für Depressionen auf.

Wissenschaftler konnten bereits aufdecken, dass die beiden Krankheiten Depression und Adipositas zusammenhängen. Wer adipös ist, hat ein höheres Risiko dafür, depressiv zu werden. Und eine Depression wiederum ist ein anerkannter [Risikofaktor](#) für Adipositas. Wissenschaftler aus London und Liverpool (beides Großbritannien) schauten sich in ihrer Studie nun einmal an, ob sich das Risiko depressiv zu werden, bei stark übergewichtigen Personen unterscheidet, je nachdem wie hoch ihr [Body Mass Index](#) (BMI) ist. Der BMI beschreibt das Verhältnis von Körpergewicht zur Körpergröße und ist ein anerkanntes Maß zur Einteilung von Personen in Normal-, Über- oder Untergewicht. Mithilfe von dem BMI können außerdem 3 verschiedene Ausprägungen von Adipositas klassifiziert werden. Adipositas Grad 1 liegt vor, wenn der BMI zwischen 30 und 34,9 liegt und Adipositas Grad II bei einem BMI von 35 bis 39,9. Ab einem BMI von 40 oder mehr ist von Adipositas Grad III die Rede.

Je höher der BMI, desto höher das Risiko für Depressionen

Für ihre Studie teilten die britischen Wissenschaftler die insgesamt 363 037 adipösen Studienteilnehmer je nach ihrem BMI in 7 (und damit mehr als die üblichen 3) Kategorien ein. Die Auswertungen ließen erkennen, dass bei 26,8 % der adipösen Personen gleichzeitig eine Depression vorlag. Es zeigte sich zudem, dass die Personen umso häufiger depressiv waren, je höher ihr BMI war. Denn im Vergleich mit den Personen mit einem BMI von 30 bis 35 wiesen die Personen mit einem BMI von 35 bis 40 ein 20 % höheres Risiko für eine Depression auf. Und Personen mit einem BMI von 60 oder mehr hatten sogar ein 98 % höheres Risiko für eine Depression als Personen mit einem BMI von 30 bis 35.

Die Arbeit der Wissenschaftler macht deutlich, dass das Risiko für eine Depression bei adipösen Personen mit steigendem BMI zunimmt. Ärzte, die Patienten mit Adipositas behandeln, sollten dies unbedingt berücksichtigen und bei ihren Patienten frühzeitig die mentale Gesundheit erfassen, um einer Depression vorzubeugen oder sie angemessen zu therapieren. Gerade weil die beiden Krankheiten so eng zusammenhängen zu scheinen, ist ein frühes Eingreifen wichtig. In einer unserer [Zusammenfassungen](#) beschreiben wir beispielsweise, dass es Menschen mit depressiven Symptomen schwerer haben können, abzunehmen. Eine gute Unterstützung ist daher unerlässlich.

Referenzen:

Osama M. Moussa, Maddalena Ardissino, Priyantha Kulatilake et al.: Effect of body mass index on depression in a UK cohort of 363 037 obese patients: A longitudinal analysis of transition. *Clinical Obesity* Mar 2019

DCP DeutschesGesundheitsPortal

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“