

Altersmythos CLXXIII : auch im Alter ist der Abbau von Übergewicht gesund

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Intercura : eine Publikation des Geriatriischen Dienstes, des Stadtärztlichen Dienstes und der Psychiatrisch-Psychologischen Poliklinik der Stadt Zürich**

Band (Jahr): - **(2004-2005)**

Heft 86

PDF erstellt am: **10.08.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

ALTERSMYTHOS CLXXIII

Auch im Alter ist der Abbau von Übergewicht gesund.

Wirklichkeit

Gewichtsreduktion bei über 70-Jährigen erhöht selbst bei übergewichtigen Frauen das Schenkelhalsfrakturrisiko.

Begründung

Die Untersuchung von 6'785 Frauen im Alter von 76 ± 5 Jahren während 6 Jahren betr. Gewicht (stabil = weniger als 5% Zu- oder Abnahme), Knochendichte gemessen mit Röntgenabsorption am Schenkelhals und betr. Schenkelhalsfraktur ergab:

- Die 1'949 (= 29%) der Frauen mit Gewichtsverlust waren durchschnittlich 2 Jahre älter, schlanker, zeigten niedrige Knochendichte und waren häufiger (18%) unfähig, vom Stuhl allein aufzustehen als die 55% mit stabilem Gewicht oder 16% mit Gewichtszunahme.
- Der jährliche Verlust an Knochendichte war $-0,5\%$ bei Frauen mit Gewichtszunahme, $-0,7\%$ bei stabilem Gewicht und $-0,9\%$ ($95\% -1,0\%$ bis $-0,8\%$) bei Gewichtsverlust.
- Dieser Abbau von Knochendichte war bei Übergewichtigen ($BMI \geq 26$) mit Gewichtsverlust grösser als bei Normalgewichtigen $-0,96\%$ vs $-0,88\%$ und ähnlich gross, wenn der Gewichtsverlust absichtlich vs unfreiwillig erfolgte ($-0,84$ vs $-0,95\%$).
- Frauen mit Gewichtsverlust hatten ein 1.8fach erhöhtes Risiko ($95\% 1.4 - 2.2$) für Schenkelhalsfraktur.
- Das beabsichtigte Abnehmen bei übergewichtigen Frauen erhöhte das Frakturrisiko gar auf das 2.5fache ($95\% 1.3 - 4.6$) trotz Korrektur für Alter, Gesundheitszustand, Rauchgewohnheiten, körperliche Betätigung und Frakturanamnese.

Das heisst, bei über 70-jährigen Frauen ist der Abbau von Übergewicht gefährlich.

K.E. Ensrud et al: Intentional and Unintentional Weight Loss Increase Bone Loss and Hip Fracture Risk in Older Women. JAGS 51: 1740-1747, 2003