

Das metabolische Syndrom: Epidemie des «Wohlstands» und medizinische Herausforderung



Das metabolische Syndrom ist definiert durch Übergewicht, Neigung zu oder bereits vorhandenen Typ-2-Diabetes und einen atherogenen Lipoproteinphänotyp (erhöhte Triglyzeride, tiefes HDL und kleine dichte LDL). Aufgrund des subjektiven Leidensdrucks der meist übergewichtigen oder adipösen PatientInnen und der mit den Folgeerkrankungen verbundenen Risiken werden auch Schweizer ÄrztInnen immer mehr mit der teilweise komplexen und facettenreichen Behandlung konfrontiert. Durch Behandlung von Übergewicht und Adipositas kann das kardiovaskuläre Risiko massgeblich vermindert werden, und es kommt zu einer deutlichen Verbesserung des atherogenen Lipidprofils. Erschreckend ist die Zunahme des Übergewichts auch bei Schweizer Kindern. Sie laufen Gefahr, ohne konkrete Gegenmassnahmen früher oder später ein metabolisches Syndrom zu entwickeln. Dabei wäre die Behandlung des metabolischen Syndroms eigentlich einfach: weniger und ausgewogener essen (mehr auf Qualität und weniger auf Quantität achten) und körperlich aktiver werden. Ein Grossteil aller Patienten mit metabolischem Syndrom könnte so geheilt werden, auch mancher Typ-2-Diabetes liesse sich heilen. Tatsache ist, dass diese «einfache» Behandlung

des metabolischen Syndroms oft an Bequemlichkeit und Verhaltensmustern scheitert. Eine Lifestyle-Intervention muss eben zu lebenslangen Verhaltensänderungen führen – sonst ist die Wirkung von beschränkter Dauer.

Tatsache ist jedoch, dass Lifestyle-Änderungen allein nicht lange eingehalten werden können und somit pharmakologische Massnahmen zur Behandlung von Blutdruck, Dyslipidämie und Blutzucker notwendig werden. Dies gilt auch für die Adipositas, wobei hier pharmakologische Interventionen bis anhin nur beschränkte Wirkung zeigen, während die bariatrische Chirurgie bei morbidem Formen gute Resultate zeigt.

Das metabolische Syndrom wird häufig als Wohlstandssyndrom bezeichnet. Wir müssen uns jedoch bewusst sein, dass gerade im Westen in zunehmendem Masse finanziell schlechter gestellte Kreise betroffen sind: «Elendssyndrom» wäre wohl eine manchmal treffendere Bezeichnung.

PD Dr. med. K. Berneis
UniversitätsSpital Zürich, Klinik für Endokrinologie, Diabetologie & Klinische Ernährung
Rämistrasse 100, 8091 Zürich
E-Mail: kaspar.berneis@usz.ch