

#### COVID-19 und Adipositas

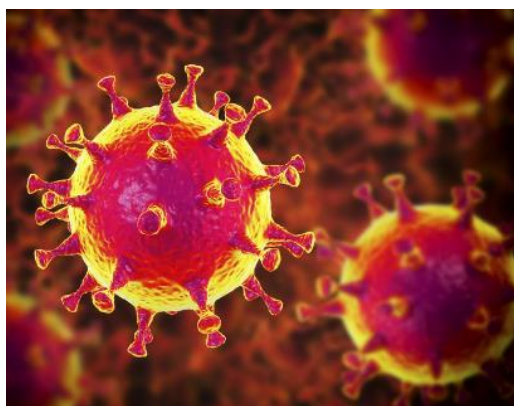
Risikofaktoren wie Fettleibigkeit sind für Betroffene auch in der Corona-Krise gesundheitsgefährlich, wie neueste Studien belegen. Adipositas und ihre Begleiterkrankungen wie Diabetes mellitus und Fettstoffwechselstörungen führen zu einem gestörten Immunsystem. Warum?

Fettzellen sind grundsätzlich in der Lage, Hormone oder hormonähnliche Substanzen zu bilden, die zum Teil entzündungsfördernd wirken können. In Kombination mit dadurch freigesetzten Botenstoffen, die erhebliche Entzündungsreaktionen im Fettgewebe verursachen, können sich auf diese Weise auch Organe entzünden. Deshalb sind übergewichtige Menschen anfälliger für den Sars-CoV-2-Erreger als Menschen mit Normalgewicht. Die ersten Symptome von COVID-19 überschneiden sich mit anderen viralen Syndromen und umfassen Fieber, Müdigkeit, Kopfschmerzen, Husten, Atemnot, Durchfall, Kopfschmerzen und Myalgien. Massivere Komplikationen sind vergleichbar zu anderen virulenten zoonotischen Coronavirus-Infektionen wie SARS und dem Atemwegssyndrom im Nahen Osten. COVID-19 kann zu systemischem Entzündungsreaktionssyndrom (SIRS), akutem Atemwegserkrankungen (ARDS), Multiorganbeteiligung und Schock führen.

Der Schweregrad der Erkrankung nimmt dabei i.d.R. mit dem BMI zu. In einer Studie, die im Fachmagazin „JAMA Network“ erschien, heißt es, dass Patienten mit einem BMI (Body Mass Index) über 30 kg/m<sup>2</sup> bereits das doppelte Risiko eines schweren "Covid-19"-Verlaufs aufweisen. Bei Patienten mit "BMI"-Werten ab 35 kg/m<sup>2</sup> ist dies sogar 3,6-fach so hoch.

Berechnet wird der Körperfettanteil mithilfe des BMI:  $\text{Körperfettanteil} = \frac{\text{Körpergewicht}}{(\text{Körpergröße})^2}$ .

Wer als Ergebnis einen Wert zwischen 25 und 29,9 kg/m<sup>2</sup> erhält, gilt als übergewichtig. Von Adipositas – also der Fettleibigkeit – wird ab einem Wert von 30 kg/m<sup>2</sup> gesprochen.



Wenn das Immunsystem überreagiert, senden die Immunzellen automatisch und massenhaft Entzündungsbotenstoffe aus. Es kann zum Zytokinsturm kommen, einem lebensbedrohlichen Zustand. Das ist eine gefürchtete Komplikation einer Infektion mit dem neuartigen Coronavirus SARS-CoV-2. Eine niederländische Studie fand allerdings heraus, dass die Zytokinwerte bei einer bakteriellen Sepsis oft höher liegen als bei Covid-19.

Bei einer Studie in Frankreich werteten Forscher medizinische Daten von 124 Corona-Patienten aus, die vom 27. Februar bis 5. April 2020 auf der Intensivstation des Universitätsklinikums Lille behandelt wurden. Sie untersuchten den Zusammenhang zwischen dem BMI und der Notwendigkeit einer invasiven mechanischen Beatmung. Von den 124 Patienten mussten 85 beatmet werden. 56 Prozent der Erkrankten wiesen einen BMI von mehr als 30 kg/m<sup>2</sup> auf. Menschen mit starker Adipositas und einem BMI von mehr als 35 kg/m<sup>2</sup> machten dabei einen Anteil von 38 Prozent aus. "Fettleibigkeit ist ein Risikofaktor für den Schweregrad von Sars-CoV-2", schlussfolgerten die Forscher.

Auch für jüngere Menschen besteht das Risiko für Komplikationen, vor allem wenn das Körpergewicht zu hoch ist und der Taillenumfang (WHR) zu groß ist. Das Taille-Hüft-Verhältnis - im Englischen Waist-to-Hip-Ratio (WHR) genannt - berechnet, inwiefern Ihr Körperfett gesund über Ihren Körperbau verteilt ist. Ein gesunder TH-Quotient ist bei Frauen gleich oder kleiner als 0,8. Bei Männern geht man von einem gesunden TH-Quotienten von 0,9 und kleiner aus. (WHR = Taillenumfang/Hüftumfang)

**Das ZEP unterstützen Sie gerne dabei, professionell und dauerhaft Gewicht zu verlieren.**