



Wissen

Alle werden dicker

Immer mehr Menschen leiden an Fettleibigkeit und Diabetes. Schwellenländer sind dabei besonders betroffen.



Kein Land wie die Schweiz hat so wenig Diabetikerinnen. Da Diabetes eine ziemlich direkte Folge von Fettleibigkeit ist, haben die Schweizerinnen ebenso den tiefsten Bodymassindex (BMI) in Europa und in den letzten 40 Jahren ist ihr BMI-Durchschnitt kaum gestiegen. Die Schweizer nehmen zudem Platz 5 von 200 ein, auch wenn Männer bekanntlich weniger auf Gesundheit und [Ernährung](#) achten. Die ersten vier Plätzen belegen Burundi, Ruanda, Uganda und die Niederlande.

Wieso vor allem die Schweizerinnen glänzend abschneiden, weiss man nicht wirklich. Jedoch kommt Übergewicht heute vor allem in weniger privilegierten sozialen Schichten vor und die Schweiz ist ein reiches Land. Fettleibigkeit ist ein komplexes Phänomen und genetische Faktoren, [Umweltgifte](#) oder Verdauungsmikroben beeinflussen dies.

Düstere Prognose

In der globalen Gesamtsicht beunruhigen die neuen Daten allerdings. Das Übergewicht hat weltweit so sehr

zugenommen, dass es seit 2011 erstmals mehr fettleibige als untergewichtige Menschen gibt. Selbst die Häufigkeit von Adipositas (Fettleibigkeit) wuchs in den letzten 40 Jahren schneller als die Weltbevölkerung. Heutzutage sind 640 Millionen von Adipositas betroffen: 11 Prozent der Männer und 15 Prozent der Frauen. Der Unterschied zwischen den Geschlechtern ist meist aus biologischen Gründen, da Frauen einen höheren Fettanteil haben. Der Anstieg von Diabetes hat sich ebenfalls zeitlich etwas verschoben eingesetzt. Seit 1980 sind weltweit viermal so viele Erwachsene davon betroffen, sprich 422 Millionen Menschen. Der Unterschied zwischen den Geschlechtern ist kleiner. 9 Prozent der Männer und 8 Prozent der Frauen leiden heute an Diabetes.

Besonders in Schwellenländer wie Brasilien oder China sind extrem viele an Übergewicht betroffen. Pazifische Inseln betrifft es besonders hart und Amerikanisch-Samoa hält den Rekord mit einem durchschnittlichen BMI von 35 kg/m² bei Frauen und 32 kg/m² bei Männer. Beinahe jeder dritter Erwachsene hat dort Diabetes. Die USA haben ebenso schon länger ein Problem mit Übergewichtigen und ebenso wächst die Rate in der Schweiz beträchtlich.

Es wäre düster, wenn die Entwicklung so weitergeht. In 10 Jahren könnten weltweit ein Fünftel an Fettleibigkeit leiden und die Folgen wären zusätzlich Diabetes und Herz-Kreislauf-Leiden, steigende Gesundheitskosten sowie eine sinkende Lebenserwartung bei Unterprivilegierten.

Untergewicht

Nicht nur Übergewicht ist ein Problem. Untergewicht bleibt trotz rückläufiger Zahlen nach wie vor akut. In Äthiopien, Eritrea und Osttimor ist der mittlere BMI weltweit am tiefsten. In Indien und Bangladesch ist jeder fünfte Mann und jede vierte Frau untergewichtig.

Berechnung des Body-Mass-Index:

$$(\text{Gewicht in kg}) / (\text{Grösse in m})^2 = \text{BMI}$$

Gewichtige Zahlen:

- 34,8 beträgt der weltweit höchste durchschnittliche BMI (kg/m²) eines Landes. Es ist derjenige der Frauen auf Amerikanisch-Samoa.
- 118 Mio. oder ein Fünftel aller Erwachsenen mit Adipositas leben in den Ländern Australien, Kanada, Irland, Neuseeland, USA und Grossbritannien.
- 38% aller Männer in Polynesien und Mikronesien sind fettleibig. Bei den Frauen sind es mehr als die Hälfte.
- 50% aller Erwachsenen mit Diabetes leben in den fünf Ländern China, Indien, USA, Brasilien und Indonesien.
- 150 000 Frauen und 225 000 Männer leiden in der Schweiz gemäss Berechnungen an Diabetes. Weltweit sind es 422 Millionen Personen.
- 23,7 beträgt der mittlere BMI (kg/m²) der Schweizer Frauen. Es ist der tiefste in Europa.

Sponsoren/Partner:

