

## Adipositas: Dynamik der Gewichtszunahme nach Absetzen von GLP-1-Rezeptoragonisten

**Datum:** 09.06.2026

**Original Titel:**

Trajectory of weight regain after cessation of GLP-1 receptor agonists: a systematic review and nonlinear meta-regression

**Kurz & fundiert**

- Wie entwickelt sich das Gewicht nach Absetzen von GLP-1-Rezeptoragonisten?
- Systematischer Review mit Metaanalyse über 48 Studien, Teilnehmer mit Übergewicht/Adipositas
- Durchschnittliche Gewichtszunahme rund 60 % des zuvor verlorenen Gewichts innerhalb von 52 Wochen nach Therapieende
- Modellrechnungen: Gewichtszunahme stoppt langfristig bei rund 75 % des verlorenen Gewichts, keine vollständige Rückkehr zum Ausgangsgewicht

**MedWiss - Nach dem Absetzen von GLP-1-Rezeptoragonisten nehmen Menschen einen Großteil des verlorenen Gewichts wieder zu: Bereits nach 1 Jahr sind es etwa 60 %, langfristig bis zu 75,3 %. Die Gewichtszunahme erreicht also ein Plateau unterhalb des Ausgangsgewichts, so die Ergebnisse eines systematischen Reviews mit Metaanalyse über 48 Studien.**

---

Glucagon-like Peptid-1-Rezeptoragonisten (GLP-1RA) haben sich als Wirkstoffe zur Gewichtsreduktion etabliert. Jedoch wird die Therapie laut der Studienautoren häufig abgebrochen. Klinische Studien zeigten eine signifikante Gewichtszunahme nach dem Absetzen. Das Ziel eines systematischen Reviews aus Spanien und Großbritannien war es, den Verlauf der Gewichtszunahme nach Beendigung der GLP-1RA-Therapie zu charakterisieren.

### **Wie ist der Gewichtsverlauf nach Absetzen der Abnehmspritze?**

Die systematische Übersichtsarbeit und Metaanalyse wurde gemäß den Cochrane- und PRISMA-Richtlinien durchgeführt. Es erfolgte eine umfassende Literaturrecherche in MEDLINE, Embase, der Cochrane Library, Scopus und Web of Science von Beginn bis zum 28. August 2025. Eingeschlossen wurden randomisierte, kontrollierte Studien, nicht-randomisierte Interventionsstudien sowie Beobachtungsstudien, die Gewichtsentwicklungen nach Absetzen von GLP-1RA bei erwachsenen Menschen mit Übergewicht oder Adipositas berichteten. Die primäre Zielgröße war die Gewichtszunahme. Sekundäre Endpunkte umfassten HbA1c (glykosyliertes Hämoglobin) und den systolischen Blutdruck.

## **Systematischer Review und Metaanalyse über 6 randomisiert-kontrollierte Studien**

Insgesamt wurden 48 relevante Studien für den Review berücksichtigt. Nach dem Absetzen von GLP-1-Rezeptoragonisten nahm das Körpergewicht im Schnitt wieder zu. Die Metaanalyse schloss 6 randomisierte, kontrollierte Studien mit insgesamt 3 236 Studienteilnehmern ein. Mithilfe eines statistischen Modells wurde berechnet, wie schnell und in welchem Ausmaß das Gewicht nach Therapieende wieder ansteigt. Ein Jahr nach dem Absetzen hatten die Studienteilnehmer im Durchschnitt etwa 60 % des zuvor verlorenen Gewichts wieder zugenommen. Für Zeiträume über 52 Wochen hinaus wurden die Entwicklungen modelliert. Dabei zeigte sich, dass die Gewichtszunahme vermutlich nicht unbegrenzt weitergeht, sondern sich bei etwa 75,3 % (95 % Konfidenzintervall, KI: 68,9 – 81,6) des ursprünglich verlorenen Gewichts einpendeln könnte. Die Geschwindigkeit der Gewichtszunahme wurde ebenfalls berechnet: Sie lag bei 0,0302 pro Woche (95 % KI: 0,0202 – 0,0401). Daraus ergab sich eine Halbwertszeit von 23,0 Wochen (95 % KI: 17,3 – 34,3). Das bedeutet, dass in der Modellrechnung nach rund 23 Wochen die Hälfte des späteren Gewichtszuwachses erfolgt war. Die meisten der einbezogenen Studien wurden hinsichtlich möglicher Verzerrungen als moderat eingeschätzt.

### **Gewichtszunahme nach Therapieende unterhalb des Ausgangswertes: Effekte anhaltend, aber abgeschwächt**

Das Absetzen von GLP-1-Rezeptoragonisten ist demnach laut der Autoren mit einem vorhersehbaren und sich verlangsamenden Muster der Gewichtszunahme verbunden. Diese erreicht vermutlich, so die Schätzung einer Modellierung, ein Plateau unterhalb des Ausgangsgewichts vor Behandlungsbeginn. Ein Teil des Gewichtsverlusts könnte somit langfristig erhalten bleiben, der therapeutische Effekt jedoch abgeschwächt sein. Individuell angepasste Absetzstrategien und langfristige Behandlungskonzepte könnten deshalb entscheidend sein, um Behandlungseffekte aufrechtzuerhalten und einen Verlust der klinischen Fortschritte zu verhindern, so das Resümee der Wissenschaftler.

#### **Referenzen:**

Budini B, Luo S, Tam M, Stead I, Lee A, Akrami A, Vidal-Puig A, Park A. Trajectory of weight regain after cessation of GLP-1 receptor agonists: a systematic review and nonlinear meta-regression. *EClinicalMedicine*. 2026 Mar 4;93:103796. doi: 10.1016/j.eclinm.2026.103796. PMID: 41938838; PMCID: PMC13043475.