

Adipositas ist viel mehr als Übergewicht

Internistenkongress 2026: Paradigmenwechsel in der Stoffwechselforschung

Wiesbaden – Das Paradigma, dass Adipositas eine bloße Fortsetzung von Übergewicht ist, gilt nicht mehr. Neue Erkenntnisse aus der Stoffwechselforschung zeigen: Entscheidend für gesundheitliche Risiken ist nicht primär die Menge an Körperfett, sondern die Fähigkeit des Körpers, überschüssige Energie sicher zu speichern und im Organismus richtig zu verteilen. Ist diese Regulation gestört, wird Fett vermehrt in Organen wie der Leber abgelagert – mit weitreichenden Folgen für den gesamten Stoffwechsel. Diese neuen Perspektiven stehen im Fokus des 132. Kongresses der Deutschen Gesellschaft für Innere Medizin (DGIM), der vom 18. bis 21. April 2026 in Wiesbaden stattfindet. Dort stellen unter anderem Experten des Leipzig Center of Metabolism ihre neuen Erkenntnisse unter anderem auf der [Eröffnungs-Presskonferenz](#) am morgigen Samstag, den 18. April 2026, sowie in der [Plenarsitzung „Obesity - Insights, Unknowns and the Future“](#) am Kongress-Sonntag vor.

Ein wichtiger Erklärungsansatz für die Entstehung von Adipositas liegt in der Evolution des Menschen: Mechanismen, die ursprünglich das Überleben in Zeiten von Nahrungsmangel sichern sollten, wirken heute in einer Umwelt mit dauerhaftem Nahrungsüberangebot weiter. Gleichzeitig steuert das Gehirn die Nahrungsaufnahme nicht nur nach Energiebedarf, sondern auch über Belohnungssysteme – ein Zusammenspiel, das die Entstehung und Aufrechterhaltung von Adipositas begünstigt.

Nicht die Fettmenge entscheidet, sondern die Stoffwechselantwort

Adipositas ist eine chronisch fortschreitende Erkrankung, die mit einem erhöhten Risiko für Typ-2-Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Schlaganfall, Schlafapnoe, Depressionen und bestimmte Krebserkrankungen einhergeht. Gleichzeitig zeigt sich in der klinischen Praxis eine große Vielfalt an Krankheitsverläufen und Risiken. „Diese Unterschiede lassen sich zunehmend durch individuelle Stoffwechselprozesse erklären – nicht allein durch das Körpergewicht“, sagt Professor Dr. med. Michael Stumvoll, Direktor der Klinik für Endokrinologie, Nephrologie und Rheumatologie, Universitätsklinikum Leipzig und Sprecher des Exzellenzclusters Leipzig Center of Metabolism (LeiCeM) der Universität Leipzig. Verlässliche Prognosen zu Krankheitsverlauf oder Therapieansprechen sind bislang jedoch nur eingeschränkt möglich.

Fettgewebe: mehr als ein Energiespeicher

Im Zentrum der aktuellen Forschung steht das Fettgewebe selbst: Es fungiert als hormonell aktives Organ, das zentrale Stoffwechselprozesse steuert. „Die Umwandlung überschüssiger Energie in Fett ist ein evolutionär sinnvoller Schutzmechanismus“, so der Leipziger Endokrinologe. Wird diese Speicherfunktion jedoch gestört oder dauerhaft gefordert, kommt es zur krankhaften Fehlverteilung von Fett – mit Ablagerungen in Organen wie Leber, Herz oder Muskulatur. Diese Prozesse gelten als entscheidender Treiber für Insulinresistenz und weitere metabolische Folgeerkrankungen. „Entscheidend ist nicht allein, wie viel wir essen, sondern was wir essen, wie wir essen und ob der Körper Energie sicher speichern, richtig verteilen und wieder freisetzen kann“, erklärt Stumvoll. „Oftmals geht „ungesunde“ Fettablagerung mit Makrophageninfiltration und chronischer,

folgenschwerer Entzündung einher.

Risiko auch ohne sichtbares Übergewicht

Diese Perspektive erweitert den Blick auf betroffene Patientengruppen. Auch Menschen mit unauffälligem Körpergewicht können ein erhöhtes Risiko für Stoffwechselerkrankungen haben. Ein modellhaftes Beispiel sind seltene genetische Erkrankungen wie die Lipodystrophie, bei denen Unterhaut-Fettgewebe fehlt und Energie deshalb in Organen abgelagert wird – ein eindrücklicher Hinweis darauf, dass klassische Kenngrößen wie das Körpergewicht allein nicht ausreichen, um Risiken zu erfassen.

Neue Ansätze für Prävention und Therapie

Aus diesen Erkenntnissen ergeben sich Konsequenzen für Prävention und Therapie: „Statt allein auf Gewichtsreduktion zu fokussieren, sollten wir stärker die individuelle Stoffwechselsituation berücksichtigen“, sagt Stumvoll. Moderne bildgebende Verfahren ermöglichen zunehmend eine differenzierte Analyse metabolischer Risikokonstellationen. Parallel werden Therapien entwickelt, die gezielt in Krankheitsmechanismen eingreifen – etwa über hormonelle Signalwege, entzündliche Prozesse oder den Einfluss des Darms auf den Stoffwechsel. Auch geschlechtsspezifische Unterschiede rücken dabei stärker in den Fokus.

„Trotz dieser Fortschritte ist eine individualisierte Präzisionsmedizin in der Stoffwechselmedizin bislang noch nicht erreicht“, so der Experte. Auch komplexe Modelle zur Risikobewertung erlauben derzeit noch keine verlässliche Vorhersage individueller Krankheitsverläufe oder Therapieeffekte.

Adipositas als systemische Erkrankung verstehen

Internistisch ist Adipositas damit als systemische Erkrankung zu verstehen, bei der mehrere Organsysteme eng miteinander interagieren. „Für die Versorgung bedeutet das: Wir müssen weg von einer eindimensionalen Betrachtung des Körpergewichts und hin zu einer differenzierten Risikobewertung“, sagt Professorin Dr. Dr. med. Dagmar Führer-Sakel, Präsidentin des DGIM-Kongresses. „Nur wenn wir die zugrunde liegenden metabolischen Prozesse genau verstehen, können wir die Versorgung von Patientinnen und Patienten mit Stoffwechselerkrankungen weiter verbessern“, so die Essener Endokrinologin und Diabetologin. Die neuen Erkenntnisse stellt Professor Stumvoll unter anderem in der Plenarsitzung „Obesity – Insights, Unknowns and the Future“ sowie in der Eröffnungs-Pressekonferenz vor.

Kongress-Sitzungen zum Thema:

- [Obesity - Insights, Unknowns and the Future - Die DGIM Plenarsitzung 2026](#)
- [Testosteronmangel beim Mann - welche Rolle spielen Adipositas und Schmerz?](#)
- [Das geht alle Internisten an!](#)
- [Metabolische Fettlebererkrankungen: Multidisziplinäre Therapieansätze](#)
- [Moderne Ansätze in der Adipositastherapie: Psychologie, Pharmakologie und Chirurgie](#)
- [Diabetologie - Gut kombiniert für eine effektive Diabetestherapie](#)
- [Adipositas war gestern?](#)
- [Adipositas \(Forum Junge DGIM\)](#)
- [Geschlechtersensible Innere Medizin: zwischen Leitlinie und Lebensrealität](#)
- [GLP-1 & CO for all and forever?](#)

Terminhinweise:

Die Zukunft der Medizin ist grenzenlos

Eröffnungs-Pressekonferenz anlässlich des 132. Kongresses der DGIM

Termin: Samstag, 18. April 2026, 12.00 bis 13.00 Uhr

Vor Ort: Pressekonferenzraum, 2. OG, RMCC Wiesbaden

Anmeldung zur Online-Teilnahme

unter: https://us06web.zoom.us/webinar/register/WN_2D4bRAJwRqSlxoyQaYmbyQ

Vorläufige Themen und Referierende:

Paradigmenwechsel nötig: Alte Konzepte reichen nicht mehr – und jetzt?

Professorin Dr. Dr. med. Dagmar Führer-Sakel

Vorsitzende der DGIM 2025/2026 und Präsidentin des 132. Internistenkongresses, Direktorin der Klinik für Endokrinologie, Diabetologie und Stoffwechsel am Universitätsklinikum Essen

Neues von der Stoffwechselforschung: Evolution, Hirn und Fettverteilung

Professor Dr. med. Michael Stumvoll

Direktor der Klinik für Endokrinologie, Nephrologie und Rheumatologie, Universitätsklinikum Leipzig und Sprecher des Exzellenzclusters Leipzig Center of Metabolism, Universität Leipzig

Sind die Sektoren im deutschen Gesundheitssystem Geschichte?

Professor Dr. med. Georg Ertl

Generalsekretär der DGIM, Internist und Kardiologe aus Würzburg

Digitale Transformation in der Medizin: The Future Is Now

Professor Dr. Dr. med. Jens Kleesiek

Direktor des Instituts für Künstliche Intelligenz in der Medizin, Universitätsklinikum Essen und Universität Duisburg-Essen

Lernen von den europäischen Nachbarn: wie die Junge DGIM sich moderne Medizin vorstellt

Dr. med. Irmengard Meyer Sprecherin der JUNGEN DGIM und Assistenzärztin Innere Medizin, St. Bernward Krankenhaus Hildesheim

Moderation: Anne-Katrin Döbler, Pressestelle DGIM

Ohne Wissenschaft keine Zukunft

Montags-Pressekonferenz anlässlich des 132. Kongresses der DGIM

Termin: Montag, 20. April 2026, 12.00 bis 13.00 Uhr

Vor Ort: Pressekonferenzraum, 2. OG, RMCC Wiesbaden

Anmeldung zur Online-Teilnahme

unter: https://us06web.zoom.us/webinar/register/WN_FK3IT9Z-SWyd1ypYPZiBPw

Vorläufige Themen und Referierende:

Genau hingeschaut: Auch Häufiges ist selten - was uns die moderne Medizin über Volkskrankheiten lehrt - und warum dabei das Geschlecht wichtig ist

Professorin Dr. Dr. med. Dagmar Führer-Sakel

Vorsitzende der DGIM 2025/2026 und Präsidentin des 132. Internistenkongresses, Direktorin der Klinik für Endokrinologie, Diabetologie und Stoffwechsel am Universitätsklinikum Essen

Schnittstelle Humangenetik: wie können wir die Erkenntnisse besser für die Innere Medizin nutzen?

Professor Dr. med. Andreas Neubauer

Sprecher der DGIM Task Force Humangenetik, Leitung des Zentrums für Personalisierte Medizin am Universitätsklinikum Gießen und Marburg (UKMG)

Ausgezeichnete Forschung - bei der Pressekonferenz stellen die frisch gekürten Preisträger*innen ihre prämierten Arbeiten vor

*Preisträger*in Theodor-Frerichs-Preis und Präventionspreis (Auszeichnung erfolgt bei der Kongresseröffnung)*

Entzündung im Zentrum: wie Ernährung, Anämie und Mikronährstoffe Alterung, Alterskrankheiten und Gebrechlichkeit beeinflussen

Professorin Dr. med. Ursula Müller-Werdan

2. stellv. Vorsitzende der DGIM, Klinikdirektorin der Klinik für Geriatrie und Altersmedizin und EGZB, Leiterin Forschungsgruppe Geriatrie, Charité - Universitätsmedizin Berlin, Präsidentin des 133. Internistenkongresses

Moderation: Janina Wetzstein, Pressestelle DGIM

Rundgang für Journalist*innen

Innovationen aus digitaler Medizin, KI und Diabetologie

Termin: Samstag, 18. April 2026, 14:30 bis 15:30 Uhr

Treffpunkt: DGIM Futur (Bühne) Foyer Süd

Stationen:

KI und VR in der Endoskopie

Universitätsklinikum Würzburg (DGIM Futur)

KI-gestützte ärztliche Dokumentation

Heidi Health Ltd (DGIM Futur)

KI-Chatbot für den klinischen Alltag

AMBOSS AI Mode von Amboss (Halle Süd, Stand 120)

Glukosemessung ohne Fingerstechen: CGM-Sensoren

Abbott GmbH (Halle Nord, Stand 225)

Insulininjektion mit dem Smart Pen

Novonordisk GmbH (Halle Nord, Stand 250)

*Begleitende Expert*innen:*

Dr. med. Annie Mathew

Oberärztin an der Klinik für Endokrinologie, Diabetologie und Stoffwechsel am Universitätsklinikum Essen, Mitglied des Kongressteams

Professor Dr. med. Ivica Grgić

Klinik für Innere Medizin und Nephrologie Transplantationszentrum Marburg & Institut für Künstliche Intelligenz in der Medizin

Philipps-Universität Marburg, Universitätsklinikum Gießen und Marburg (UKGM);

Organisationsleiter DGIM Futur

Moderation: Dr. Andreas Mehdorn, Pressestelle DGIM