

Sowohl Über- als auch Untergewicht erhöhen das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Datum: 13.08.2018

Original Titel:

Underweight: another risk factor for cardiovascular disease?: A cross-sectional 2013 Behavioral Risk Factor Surveillance System (BRFSS) study of 491,773 individuals in the USA

Zu einer gesunden Lebensweise gehört auch, ein gesundes Körpergewicht zu halten. Wie wichtig dieses tatsächlich für die Herz-Kreislauf-Gesundheit ist, konnte die vorliegende Studie zeigen. In dieser fanden Wissenschaftler nämlich heraus, dass sich sowohl Untergewicht als auch starkes Übergewicht negativ auf das Risiko für Schlaganfall, Herzinfarkt und der koronaren Herzkrankheit auswirkt. Vor allem bei dem Schlaganfall-Risiko wurde der negative Einfluss von Untergewicht deutlich.

Das Gewicht spielt für die Herzgesundheit eine große Rolle. So ist bereits bekannt, dass Übergewicht das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen erhöht ([Studie von Gilani und Kollegen](#), 2017 in der wissenschaftlichen Fachzeitschrift *Iranian journal of public health* veröffentlicht). Doch wie sieht es mit Untergewicht aus? Stellt auch dies einen Risikofaktor für Herz-Kreislauf-Erkrankungen dar?

Forscher teilten Personen nach ihrem Körpergewicht in verschiedene Gruppen ein

Dem ging nun ein Forscherteam aus Daegu (Südkorea) nach. Die Wissenschaftler untersuchten Daten von 491773 Erwachsenen aus den USA. Hierbei legten sie das Augenmerk auf das Auftreten von Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Schlaganfall, Herzinfarkt oder der koronaren Herzkrankheit (KHK). Die Studienteilnehmer wurde je nach ihrem BMI (*Body Mass Index*) in verschiedene Gruppen eingeteilt. Als untergewichtig galten Personen, deren BMI unter 18,5 kg/m² lag.

Sowohl Untergewicht als auch starkes Übergewicht erhöhte das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Durch die Analyse der Daten stellte sich heraus, dass Personen mit Untergewicht ein um 19,7 % höheres Risiko für die genannten Herz-Kreislauf-Erkrankungen hatten als normalgewichtige Personen. Bei übergewichtigen Personen war das Herz-Kreislauf-Risiko jedoch stärker erhöht. Patienten mit Übergewicht (BMI zwischen 25 und 30 kg/m²) hatten ein um 50 % höheres Risiko, während Personen mit einem starken Übergewicht (BMI von 30 kg/m² und höher) ein um 96 % höheres Risiko für die genannten Herz-Kreislauf-Erkrankungen hatten. Wurden bei dieser Analyse jedoch Störfaktoren herausgerechnet, änderte sich das Bild. Das Risiko, eine Herz-Kreislauf-Erkrankung zu erleiden, war nach diesen Berechnungen unter Untergewichtigen 1,34-mal so hoch wie unter Normalgewichtigen. Somit war diesen Berechnungen zufolge das Risiko für Untergewichtige höher als es zunächst den Anschein machte. Bei Übergewichtigen und stark Übergewichtigen sank hingegen das beobachtete, erhöhte Herz-Kreislauf-Risiko, nachdem Störfaktoren herausgerechnet wurden. Das Risiko der stark Übergewichtigen war 1,15-mal höher

als das der Normalgewichtigen. Übergewichtige (BMI zwischen 25 und 30 kg/m²) hatten hingegen im Vergleich zu Normalgewichtigen nach der Eliminierung der Störfaktoren kein erhöhtes Herz-Kreislauf-Risiko mehr.

Untergewicht wirkte sich vor allem negativ auf das Schlaganfall-Risiko aus

Wurden nun die Herz-Kreislauf-Erkrankungen einzeln betrachtet, fiel auf, dass unter allen Personen die Personen mit Untergewicht das größte Risiko sowohl für einen Schlaganfall als auch für einen Herzinfarkt als auch für die koronare Herzkrankheit hatten. Am stärksten wirkte sich das Untergewicht dabei auf das Schlaganfall-Risiko aus. Die negative Auswirkung des Untergewichts auf die Herz-Kreislauf-Gesundheit zeigte sich vor allem bei unter 40-Jährigen.

Untergewicht stellte somit einen Risikofaktor für Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Schlaganfall, Herzinfarkt oder die KHK dar. Das erhöhte Risiko bei Übergewicht kann vermutlich hauptsächlich auf andere Erkrankungen, die von Übergewicht begleitet werden, zurückgeführt werden.

Referenzen:

Park D, Lee JH, Han S. Underweight: another risk factor for cardiovascular disease?: A cross-sectional 2013 Behavioral Risk Factor Surveillance System (BRFSS) study of 491,773 individuals in the USA. *Medicine (Baltimore)*. 2017 Dec;96(48):e8769. doi: 10.1097/MD.00000000000008769.