

Übergewicht bei Teenagern

Bereits in der Jugend leidet das Herz

Wer als Jugendlicher zu viel wiegt, hat häufig bereits als junger Erwachsener einen erhöhten Blutdruck und ein belastetes Herz. Das lässt eine Studie der Universität Bristol vermuten. Die Wissenschaftler hatten Daten von mehr als 3.000 jungen Probanden im Alter von 17 Jahren ausgewertet. Es wurden unter anderem Blutdruck, Herzfrequenz und der Körpermassenindex (BMI) als Verhältnis von Gewicht zur Körpergröße ermittelt, der ein Maß zur Beurteilung des Körpergewichts ist. Im Alter von 21 Jahren bestimmten Mediziner bei rund 400 der Studienteilnehmenden mit Hilfe von Magnetresonanztomographie Herzgröße und bestimmte Parameter zur Funktion des Herzens.

Teenager, die im Alter von 17 Jahren zu viele Pfunde auf die Waage brachten, hatten im Alter von 21 Jahren häufiger einen erhöhten Blutdruck. Außerdem neigten sie zu einer Vergrößerung der linken Herzkammer, die das sauerstoffreiche Blut in den Körper pumpt. Das deutet auf eine Organschädigung des Muskels hin und ist ein Vorboten für spätere Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Reine Beobachtungsstudien können aber keine ursächlichen Beziehungen nachweisen. Mit Hilfe von genetischen Methoden wie der Mendelschen Randomisierung konnten die Wissenschaftler die Resultate jedoch untermauern. Allerdings ließen sich bei der Herzfrequenz der übergewichtigen Jugendlichen keine erhöhten Werte feststellen. Das lässt vermuten, dass die Vergrößerung des Herzens allein auf die Erhöhung des Schlagvolumens zurückzuführen war. Das Schlagvolumen ist die Menge Blut, die das Herz bei einem Herzschlag in den Körper pumpt. Die Halsschlagader war nicht verdickt, sodass Adipositas offenbar zunächst nur das Herz belastet und Arteriosklerose erst im höheren Alter auftritt.

Die britischen Wissenschaftler betonen im Fachjournal „Circulation“, wie wichtig die Vorbeugung von Übergewicht und Fettleibigkeit bereits im Kindes- und Jugendalter ist, um Herz-Kreislauf-Beschwerden und anderen Erkrankungen im späteren Leben vorzubeugen.

Weitere Informationen:

<https://www.ahajournals.org/doi/10.1161/CIRCULATIONAHA.117.033278>

<https://www.bzfe.de/inhalt/uebergewicht-3173.html>